Maitreya Magazine

nummer 3 jaargang 10

TIBETAANS BOEDDHISME

Programma t/m december

Tibets levende boeddha

Ik vraag me af: waarom?

Maitreya Instituut

MEMBER OF THE F.P.M.T.

(foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition)

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak. Het centrum is 's maandags gesloten, bel ons dus niet op maandag.

MAITREYA MAGAZINE

Nummer 3/Jaargang 10
September, oktober, november 1988

VERSCHIJNING

Tenminste 1× per kwartaal.

UITGAVE

Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

REDAKTIE EN VERTAALTEAM

Gelong Thubten Tsépel
Gelong Thubten Lodreu
Marian van der Horst-Lem
Margot Kool-Stumpel
Paula de Wijs-Koolkin
Jan de Ruiter
Marianne Boswerger

EIND- EN FOTOREDAKTIE

Jan-Paul Kool

VORMGEVING

Jan-paul Kool

ILLUSTRATIES

Karma Meunlam e.a.

DRUK

Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT

Stichting Maitreya Instituut 1988c.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM

Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN

Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar of deel ervan.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,— per jaar.
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN

Voor abonnementen, kursusgelden, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.
Bank: N.M.B. Beneden Leeuwen, rekn.nr.: 65.85.11.548.

ADRESWIJZIGINGEN

Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS

Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN

Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

TELEFOON 05787-1450

Het kantoor van het instituut is telefonisch bereikbaar van 10.00-12.30 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden of als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken in ons antwoordapparaat. 's Maandags gesloten.

DAGELIJKS BESTUUR
STICHTING MAITREYA INSTITUUT

Voorzitter
Paula de Wijs-Koolkin
a.b. De Zwaan
Ouderkerkerdijk 40
1096 CS Amsterdam

Secretaris
Margot Kool-Stumpel
Laarstraat 27
8166 GR Emst

Penningmeester en manager
Jan-Paul Kool
Laarstraat 27
8166 GR Emst

DOELSTELLING

De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.m.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

DONATEURS

Indien u zich kunt vinden in onze doelstelling en wilt helpen, kunt u donateur worden voor minimaal *f* 100,— per jaar of *f* 10,— per maand. De gelden worden gebruikt voor: publikaties, organisatie van kursussen, aanschaf van noodzakelijke inventaris, begrotingstekorten e.d. Donaties kunnen aftrekbaar zijn voor de I.B. (vraag inlichingen). Ook legaten zijn welkom.

DONATEUR GESHE AKTIE

Voor het verblijf en onderhoud en voor de komst van Geshe Konchog Lhundup en zijn vertaler naar Nederland is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze aktie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,— voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe aktie. De verantwoording van de penningmeester van de stichting wordt gekontroleerd door de Kas Kontrole Kommissie bestaande uit drie donateurs. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de aktie en ontvangen een jaarlijks verslag.

_f_ 100,— ABONNEE MAITREYA MAGAZINE 1988

Degenen die reeds *f* 100,- abonnee waren voor 1987 krijgen automatisch een acceptgirokaart om dit ook voor 1988 te kunnen worden. Nieuwe *f* 100,- abonnee's kunnen *f* 100,- storten op onze bank- of girorekening met vermelding van: *f* 100,- abonnee 1988. Door *f* 100,- per jaar te willen betalen voor het Maitreya Magazine en de nieuwsbrieven ontvangt u tevens 15% korting op alle boeken, wierook, kaarten en posters in de winkel van het instituut en bent u gratis lid van de bibliotheek.

LEENFONDS

Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,— storten op rekeningnr.: 68.15.69.506 van de N.M.B.-Bank te Beneden Leeuwen t.n.v. Stichting Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT

Foto: Jan-Paul Kool

Lama Tenzin Ösel Rinpochee

Leidraad

Dit maal in dit magazine ruime aandacht voor de internationale ontmoeting van Dharma centra directeuren in Frankrijk onder de inspirerende geestelijke leiding van Lama Zopa Rinpochee.

Een spiritueel hoogtepunt, na de ruim bezochte Lam.Rim kursus in juli, was de ontmoeting van christelijke en boeddhistische monniken in ons centrum in Emst. Een verslag van drie van de deelnemers hiervan vindt u in dit nummer.

'Tibets levende boeddha', is een artikel over Z.H. de Dalai Lama.

Verder besteden we aandacht aan de Tibetaanse Geneeskunde in Nederland, een artikel over het doen van retraites, een verslag van de Geshe Aktie 1987 en een stuk over de Geshe graad.

Bouwkunst in boter laat ons kennismaken met een aspect van de Tibetaans boeddhistische kultuur die nog niet zo bekend is.

In een serie van vier artikelen onder de titel 'Ik vraag me af: waarom?', worden vragen behandeld die bij de meeste nieuwe beoefenaars van de Dharma naar boven komen.

De plannen voor uitbreiding van het Maitreya Instituut met een stadscentrum komen aan de orde en in de vaste rubriek 'Tibet nieuws' deze keer een persoonlijk verslag van een recente reizigster naar het dak van de wereld.

Let op de aankondiging van een Tibet-reis in 1989 die belangrijke gezegende plaatsen zal aandoen onder deskundige leiding.

Verder vindt u onze vaste rubrieken in dit nummer zoals: Wel en wee van Sam en Sara, Poedja's in Emst, boekbespreking en het programma t/m december.

Voor januari 1989 staat een bezoek van de zeer eerwaarde Geshe Tegchog, abt van het Nalanda Klooster in Frankrijk op stapel en van de hoogste Lama in Europa in februari, Lama Dagpo Rinpochee uit Parijs. De boekenbestellijst zal voortaan alleen nieuwe boeken behandelen, ditmaal treft u ook een folder aan in het tijdschrift van de nieuwe Tibetan Art Calendar 1989 die u rechtstreeks bij ons kunt bestellen.

De redaktie

Tibets levende boeddha

Foto: Jan-Paul Kool

De DALAI LAMA, de veertiende God-Koning in lijn, lijkt een teruggetrokken en in een andere wereld levende balling, toch geeft hij zijn landgenoten leiding bij een keerpunt in hun al 29 jaar durende vrijheidsstrijd.

Honden blaffen in de Himalaya-nacht. Lichten flikkeren langs de heuvelrug. Op een aardedonker pad omgeven door dennen en overkoepeld door de sterren schuifelen een paar in doeken gehulde pelgrims voort, rituele melodieën mompelend. Vlak voor de dageraad, de achterliggende sneeuwtoppen kleuren dieproze, wordt de menigte die zich buiten voor de drie verdiepingen hoge Namgyal Tempel in India heeft verzameld doodstil. Een sterke, licht gebogen man stapt naar voren, zijn heldere ogen gaan oplettend over de menigte en een brede, niet langer onderdrukte glimlach verandert zijn uitgestreken gezicht. De nieuwkomer klimt naar het dak van de tempel, gevolgd door een hele groep monniken, allen met geschoren schedel, gekleed in bordeauxrode pijen en met gele monnikskappen op het hoofd.

Daar leidt de Dalai Lama bij zonsopgang een officieuze ceremonie ter verwelkoming van het Jaar van de Aardedraak, terwijl zijn geestelijken voor hem zitten en de plechtige, langerekte oproep van de lange horens door de vallei echoot.

Op de tweede dag van Losar, het Tibetaanse Nieuwjaar, verleent de man die voor ongeveer 14 miljoen mensen een levende boeddha is audiëntie aan het publiek. Om acht uur 's morgens staat er op de kronkelende bergweg bij zijn open bungalow een rij belangstellenden van bijna achthonderd meter lengte te wachten: verweerde mannen uit de bergen met gaucho hoeden, langharige westerlingen, kleine meisjes in hun mooiste zijden jurkjes, alle zesduizend inwoners van het dorp en duizenden anderen. Later drommen dertig zojuist uit Tibet aangekomen bezoekers naar binnen. Bij het voor het eerst sinds dertig jaar weer terugzien van hun verbannen leider, vullen zij de kamer met hartstochtelijk snikken en snuiven. Tenzin Gyatso, de absolute spirituele en wereldse leider van Tibet, reïncarnatie van de boeddha van mededogen, de veertiende Dalai lama in de lijn die 597 jaar terugloopt, blijft kalm onder dit alles.

Later vertelt hij: "Losar vond in Tibet plaats op het dak van het dertien verdiepingen tellende Potala Paleis, waar dan voor iedereen koekjes werden neergelegd. Ik maakte me ieder jaar behoorlijk zorgen als iedereen op die koekjes afrende. Allereerst de angst dat het oude gebouw in elkaar zou storten en ten tweede dat iemand over de rand naar beneden zou vallen. Nu" - de volle bariton verandert in een hartelijk gegrinnik - ,,nu gaat alles er veel rustiger aan toe."

In maart was het 29 jaar geleden dat de Tibetaanse opstand tegen China's bezettingsmacht de Dalai Lama dwong als balling in India te gaan wonen. Nog

steeds leeft de geest van zijn aloude, sprookjesachtige theocratie springlevend voort in Dharamsala, een eens aan de Engelsen toebehorend heuvelstation ongeveer 400 km ten noorden van New Delhi. Hier belichaamt de 52-jarige Dalai Lama, bijgestaan door een Staatsorakel, een regenmakende lama, verschillende doktoren, astrologen en een kabinet bestaande uit vier man, alle geloof en hoop van zijn gekwelde vaderland, evenals hij dat deed sinds hij op vierjarige leeftijd de Leeuwentroon in Lhasa voor de eerste maal beklom.

Toch blijft hij, zelfs als "Beschermer van het Sneeuwland" waarbij het geheime exotisme van het aan de andere wereld toebehorende koninkrijk (in het westen met Shangri-La aangeduid) ondersteunt, wel degelijk een wereldlijk leider. Sinds zijn vijftiende jaar wordt hij gedwongen de belangen van zijn mensen te verdedigen tegen de met elkaar wedijverende belangen van zowel Peking, Washington als New Delhi.

Deze snel ontvlambare situatie bereikte afgelopen herfst een climax toen Tibetanen in Lhasa in opstand kwamen, hun Chinese overheersers ongeveer 32 mensen doodden, de Dalai Lama zijn eerste grote persconferentie in Dharamsala hield, en de Senaat van de V.S. de Chinese acties unaniem veroordeelde. De laatste tijd zijn rellen uitgebroken, maar zelfs voordien was duidelijk dat de bescheiden man in monnikspij niet slechts een spiritueel symbool is dat de honderdduizend Tibetanen in ballingschap verbindt met de zes miljoen Tibetanen die onder de Chinese overheersing leven, maar dat hij meer dan ooit een politiek middelpunt vormt.

Vriendelijk glimlachend zegt hij, "De 14e Dalai Lama is waarschijnlijk de bekendste Dalai Lama. Wanneer de Chinezen de Tibetanen werkelijk als broeders hadden behandeld, dan was de Dalai Lama wellicht niet zo bekend geweest. Dus" - knipoogt hij ondeugend - ,,we moeten de Chinezen hier dankbaar voor zijn!"

Op papier is de Dalai Lama de levende belichaming van een boeddha, de hiërarch van een regering in ballingschap en doctor in de metafysica. Toch is het meest opvallende aan hem mischien wel zijn onveranderlijke, niet-aanmatigende menselijkheid. Op zijn eigen manier is de Levende Boeddha net zo menselijk en gewoon als de stevige bruine Engelse schoenen die hij onder zijn pij draagt, en in zijn ogen zien we nog de ondeugende kleine jongen die bij het verstoppertje spelen zijn lama's steeds te snel af was. Hij geniet van het bijhouden van zijn bloementuin, van het kijken naar de vogels, van het repareren van horloges en transistors, en vooral van gewoon mediteren. Zelfs ten opzichte van hen die bijna 1,2 miljoen van zijn mensen hebben vermoord en 6254 van zijn kloosters hebben vernield blijft hij opmerkelijk verdraagzaam. "Als beoefenaars van de leringen van het Mahayana Boeddhisme, bidden we dagelijks om een soort grenzeloos altruïsme te mogen ontwikkelen," zegt hij. "Het is dus onjuist om ten opzichte van de Chinezen haat te gaan ontwikkelen. We zouden juist moeten trachten respect, liefde en mededogen ten opzichte van hen te ontwikkelen."

De veertiende God-Koning werd in 1935 geboren in een koestal in een klein boerendorpje genaamd Takster. Een groep monniken identificeerde hem als de nieuwe reïncarnatie van Tibets beschermheilige toen hij twee jaar oud was. Zij waren naar zijn kleine woning geleid door een lijk dat scheen te bewegen, een visioen bij een meer en de verschijning van veelbelovende wolkenformaties. Twee jaar later werd de kleine jongen, nadat hij een uitgebreide serie tests had doorstaan, temidden van een stoet van honderden mensen de hoofdstad Lhasa ("Het Huis van de Goden") binnengebracht.

Daar moest hij, samen met zijn iets oudere broertje, wonen in het spelonkachtige, duizend kamers tellende Potala Paleis. Daar moest hij een 18 jaar durende studie in metafysica voltooien. Op zevenjarige leeftijd ontving hij afgezanten van president Franklin Roosevelt, en leidde hij voor de ogen van twintigduizend oplettende monniken gebedsdiensten; toch bleef hij een volkomen normale jongen die het heerlijk vond met zijn fietsje over het heilige erf te scheuren en met zijn broertjes een robbertje te vechten;

De jongste broer van de Dalai Lama herinnert zich: "Ik herinner me een mooie zomerdag (ik was toen ongeveer zeven) waarop mijn moeder me meenam naar het zomerpaleis Norbulingka om Zijne Heiligheid te ontmoeten. Toen we daar aankwamen was Zijne Heiligheid bezig de planten water te geven. Het volgende dat ik me herinnerde was dat hij de tuinslang op mij richtte!"

Het was ook in deze periode dat de vroegwijze jongen blijk gaf van een verbazingwekkende aanleg voor wetenschappelijke zaken. Hij onderwees zichzelf in de techniek van de verbrandingsmachine, en repareerde de generator van het paleis, wanneer die het begaf. Om zijn overzadigbare nieuwgierigheid naar een wereld, waarnaar hij alleen maar mocht kijken vanachter de met zijde afgezette gordijntjes van zijn draagstoel, te bevredigen installeerde de jonge heerser een filmprojector waarmee hij Tarzanfilms, films over Hendrik de Vijfde en, het allerliefst nog, films van zijn eigen hoofdstad verslond. Hij herinnert zich dat hij vaak een verrekijker meenam naar het dak van het paleis om weemoedig te kijken hoe de jongens en meisjes van Lhasa zorgeloos hun leventje leidden.

In 1950 werd het isolement van het "Wensvervullende Juweel" en zijn koninkrijk in de bergen verbroken door het van acht verschillende kanten binnenvallen van de Chinezen. Plotseling moest de jeugdige leider een spoedcursus in politiek volgen, terwijl hij naar Peking reisde om daar met Zhou Enlai en Mao Zedong te onderhandelen. Toen uiteindelijk in maart 1959 een bloedige confrontatie tussen dertigduizend standvastige Tibetanen en de overheersende Chinezen onvermijdelijk leek, sloop de Dalai Lama, gekleed als een nederige soldaat, uit zijn zomerpaleis en ging op weg over de hoogste berg op aarde. Twee weken later kwam de "Drager van de Witte Lotus" uitgeput door dysenterie en gezeten op de rug van een dzo (een bastaard yak) als balling India binnen. Sinds die tijd vraagt zijn optreden de grootst mogelijke zorgvuldigheid: hij is te gast in een land dat het liefst heeft dat hij zwijgt en hij heeft een land dat het grootste deel van de wereld te vriend wenst te houden, tot vijand. Onverschrokken richtte de Dalai Lama in India en Nepal drieënvijftig Tibetaanse nederzettingen op om de kunst, de geschriften en de medische tradities van zijn land te bewaren.

De laatse jaren is hij begonnen als een soort boeddhistische Johannes Paulus II de wereld rond te reizen: hij geeft lezingen in Harvard, heeft een ontmoeting met de Paus en hij bewaakt zijn kudde, of deze nu gevormd wordt door ongeletterde boeren danwel door de Amerikaanse acteur Richard Gere (sinds 1982 boeddhistisch student).

Met zijn neiging steeds het goede in de dingen te zien, heeft hij het gevoel dat de ballingschap in zekere zin een zegen is geweest: 'Toen we nog in Tibet waren, hielden we bepaalde ceremonieën die zeer veel tijd kostten maar die qua inhoud niet zo heel veel voorstelden. Deze ceremonieën bestaan nu niet meer. Ik denk dat dat goed is. Bovendien zijn we, door het feit dat we vluchtelingen zijn, realistischer geworden. Het heeft nu geen zin meer je ergens op te laten voorstaan."

Veel jonge Tibetanen zouden graag zien dat hun leider wat militanter was. Woedend wijzen zij op het feit dat er alleen al in centraal Tibet meer dan drieduizend politieke gevangenen zijn en dat Peking op het "Dak van de wereld" minstens driehonderdduizend man troepen heeft verzameld; zij pleiten dan ook voor geweld. Maar de Dalai Lama wijst iedere vorm van geweld af. Bedachtzaam stelt hij: "Zodra de geest overmand wordt door woede, wordt hij als het ware gek. Je kunt geen goede beslissingen meer nemen en je kunt de realiteit niet meer zien. Wanneer je geest echter kalm en in evenwicht is, zie je alles precies zo als het is. Ik denk dat alle politici dit soort geduld nodig hebben. Ik denk dat bijvoorbeeld Gorbatsjov, vergeleken met de vorige Sovjet-leiders, veel kalmer is. En daardoor, effectiever." Pacifisme is echter niet hetzelfde als passiviteit.

"Uiteindelijk", zo vervolgt hij, "zullen de Chinezen moeten inzien dat Tibet een apart land is. Als Tibet werkelijk altijd een deel van China was geweest, dan zouden de Tibetanen daarmee moeten leren leven, of ze dat nu leuk vonden of niet. Maar dit is niet het geval. We hebben dus alle recht om voor onze rechten op te komen."

De Dalai Lama besteedt een groot deel van zijn tijd aan overpeinzingen over hoe het Tibetaans boeddhisme andere disciplines iets kan leren en hoe het zelf van andere disciplines iets kan opsteken. Hij gelooft bijvoorbeeld dat het boeddhisme aan het marxisme kan laten zien hoe een zuiver socialistisch ideaal tot stand gebracht kan worden "niet door middel van brute kracht, maar door redenatie, door een geleidelijke training van de geest, door het ontwikkelen van altruïsme." Hij ziet veel punten van overeenkomst tussen zijn geloof en "psychologie, kosmologie, neuro-biologie, sociale wetenschappen en fysica". Er is veel

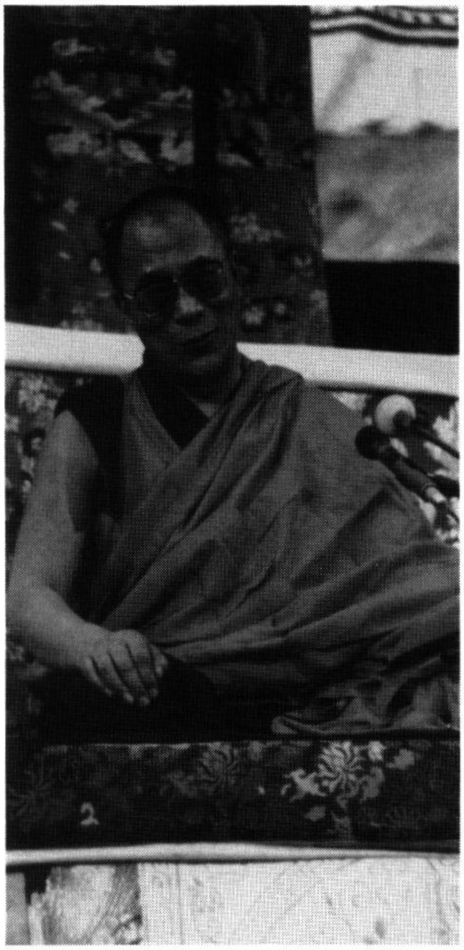


Foto: Jan-Paul Kool

dat wij, boeddhisten moeten leren van de laatste wetenschappelijk resultaten. En wetenschappers kunnen leren van de boeddhistische uitleg der dingen.

We moeten onderzoek doen en de resultaten daarvan accepteren. "Zelfs Boeddha's eigen woorden zullen we moeten verwerpen, als ze de toets van dit grondige onderzoek niet kunnen weerstaan", klinken zijn revolutionaire woorden. Deze rustige radicale zienswijze heeft nogal eens volgelingen, die zo devoot waren dat zij direct hun leven zouden geven voor hun leider, geschokt. In het ontwerp voor de grondwet dat hij in 1963 opstelde, nam de God-Koning tegen de wens van zijn mensen een clausule op waarmee het mogelijk is hem aan te klagen. Op dit moment overweegt hij een andere wijze van verkiezing voor de volgende Dalai Lama; wellicht wordt er een kiesstelsel als door het Vaticaan gebruikt aangenomen, of zal er gekozen worden op basis van senoriteit, of zal afgestapt worden van het hele instituut. "Ik denk dat de tijd is gekomen om, als is het niet nodig op zeer korte termijn beslisingen te nemen, een begin te maken met de formele discussie zodat de mensen zich mentaal kunnen voorbereiden."

Intussen zal de verbannen leider zijn eenvoudige, altruïstische levensstijl voortzetten, die het boeddhistische ideaal van de Middenweg (noch vijandig t.o.v. de wereld, noch eraan gehecht) zozeer benadert. De opperste levende boeddha van het boeddhisme weigert nog steeds eerste klasse te vliegen en, zoals hij de pers afgelopen herfst vertelde, "ziet zichzelf nog immer als een eenvoudige boeddhistische monnik".

Hoewel hij een van de meest ontwikkelde geleerden van welhaast 's wereld meest diepzinnige filosofische leer is, bezit hij de gave zijn lering terug te brengen tot glasheldere praktische kernbegrippen, verwoord in de titel van zijn in 1984 uitgegeven boek "Vriendelijkheid en Helder Inzicht" (Nederlandse uitgave door Mirananda, Den Haag). ,,Mijn ware religie", heeft hij gezegd, ,,is vriendelijkheid."

In feite is het voor de Chinezen een uitzonderlijke tegenvaller dat zij tegenstander zijn van een van die zeldzame zielen waar men eigenlijk onmogelijk hekel aan kan hebben. Peking heeft het nodig geacht hem "een politiek lijk, een bandiet en een verrader" te noemen, "een bloedige slager die leefde van mensenvlees". Iedereen die de Dalai Lama evenwel ontmoet is getroffen door zijn ontwapenende hartelijkheid en door zijn liefdevolle uitstraling.

Voor een buitenstaander lijkt het leven van een levende boeddha uiterst eenzaam. Bovendien stierven de afgelopen jaren bijna allen die de Tibetaanse leider zeer na stonden: zijn oudste mentor, zijn junior mentor, zijn moeder en zijn oudere broer, de enige met wie hij in zijn jeugd kon spelen. Toch kijkt de Dalai Lama ook hier, zoals steeds, uiterst filosofisch tegenaan. "Oude vrienden verdwijnen en maken plaats voor nieuwe vrienden", zegt hij opgewekt en zakelijk. "Het is als met de dagen, oude gaan voorbij en nieuwe komen. Het belangrijkste is alles betekenisvol te laten zijn: of dat nu een betekenisvolle vriend danwel een betekenisvolle dag is."

Door: Pico Lyer
Vertaling uit het Engels: Saskia Campert

Tara

DOOR LAMA YESHE

De eerwaarde Tara, een vrouwelijk aspekt van de Boeddha, werd oorspronkelijk geboren als prinses Yeshe Dawa in een wereld die "Talrijke Lichten" werd genoemd. Ze was bijzonder toegewijd aan het onderricht van de boeddha van dat tijdperk, die de naam Drum-Geluid droeg en gedurende vele honderden miljoenen jaren bracht ze offers aan de talloze boeddha's, bodhisattva's en heiligen van die tijd. Elke dag bereidde ze offers van waardevolle stof voor elk der tien richtingen en door de verdienste daarvan ontving ze de Verlichtingsgeest.

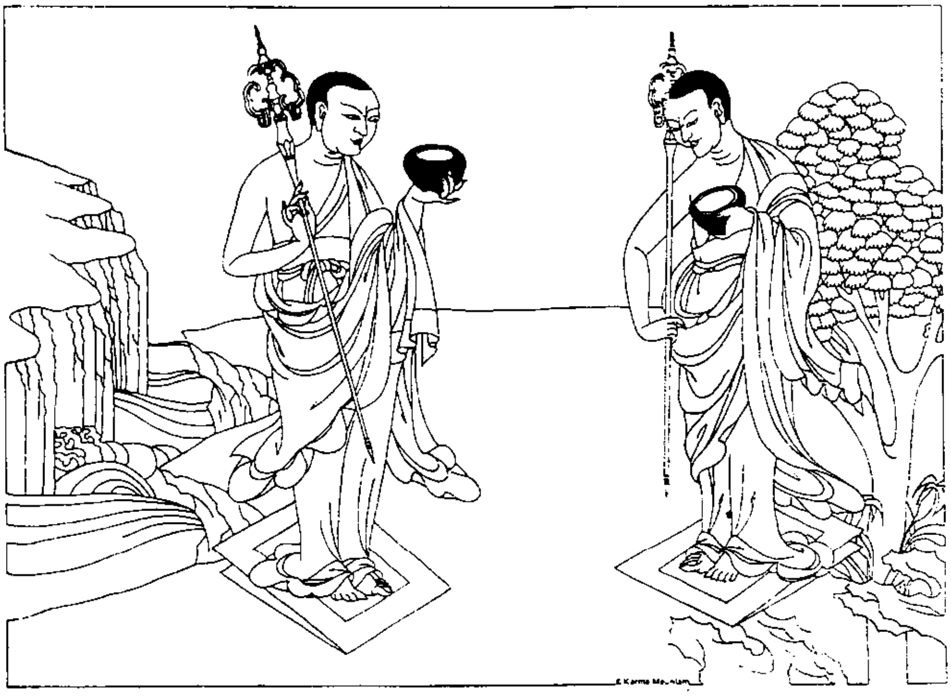
Enkele monniken vertelden Tara dat ze moest bidden om een mannelijk lichaam te ontvangen en omdat ze van groot nut voor de Leer zou zijn zouden die gebeden vervuld worden. Daarop antwoordde ze: "Er zijn er velen die met een mannelijk lichaam voor de voelende wezens werken en er zijn er maar enkelen met een vrouwelijk lichaam. Daarom zal ik als vrouw blijven werken voor alle voelende wezens tot de kringloop van hun bestaan eindigd."

Terwijl ze in het paleis verbleef, onthecht aan de zinsobjekten die ze genoot, beoefende ze meditatie en bereikte de fase die bekend is onder de naam: "Bevrijden van alle levende wezens". Door de macht hiervan bevrijdde ze elke ochtend honderden miljoenen wezens van wereldse gedachten en bracht hen tot haar eigen niveau en evenzo deed ze iedere middag. Ze verandere toen haar naam in Tara - de Bevrijder - en de Boeddha Drum-Geluid voorspelde dat ze bekend zou worden als de Godin Tara totdat alle voelende wezens Verlichting bereikten.

Een groot aantal Indiase Pandits en Yogi's hebben Verlichting bereikt door het beoefenen van deze yoga-methode. Onder hen: Tilopa, Naropa, Dombhipa, Lalavajra, Atisha etc. Evenzo hebben in Tibet talloze Lama's alle soetra en tantra realisaties bereikt door Tara te volgen. Onder hen: Drom.ton.ba; Lama Tsong.kha.pa; Tagpuwa; de grote leraar Yeshe Gyatso; de zeer eerwaarde Ngawang Tsultrim; de eerwaarde Denpä Gyältsen; de grote Lama Jampa Tendsin Thigle Gyatso; de eerwaarde Lama, belichaming van alle boeddha's en manifestatie van Tara zelf in een menselijk lichaam Losang Tendsin Gyatso, de eerwaarde bijzonder goede Lama Losang Tsöndu, die elk onderricht van de boeddha volledig begrijpt en een manifestatie is van boeddha's wijsheid Manjushri, en talloze anderen. Daarom, zolang we de wet van karma blijven volgen hoeven we er niet aan te twijfelen dat Tara ook ons zal helpen om Verlichting te bereiken.

Vertaling: Gelong Thubten Tsépèl

Ik vraag me af: waarom?



DOOR THUBTEN CHODRON
VERTAALD DOOR MARIANNE BOSWERGER

Thubten Chodron die sind 1977 non is en werkt binnen de F.P.M.T., werd vorig jaar door Lama Zopa Rinpochee naar Singapore gestuurd om daar les te geven. Onlangs produceerde zij een boekje waarin allerlei basisvragen worden behandeld van mensen die voor het eerst in contact komen met de leer van de Boeddha. Op onze vraag om het boekje te verwerken tot een serie artikelen voor het Maitreya Magazine ontvingen we een positief antwoord en na vertaling van de oorspronkelijke Engelse tekst door Marianne Boswerger, die kortgeleden toetrad tot het redaktie- en vertaalteam, geven wij u hier de eerste aflevering.

VOORWOORD

Ik was nog maar een paar dagen in Singapore toen een jongeman in mijn deuropening verscheen. "Mag ik u wat vragen over het boeddhisme?" vroeg hij. We gingen zitten en begonnen te praten. Sommige vragen die hij stelde waren hetzelfde als de vragen die westerlingen, die net met het boeddhisme kennis hebben gemaakt, zouden stellen. Andere vragen waren juist heel ongewoon voor Aziaten die waren opgegroeid in gemeenschappen waar het boeddhisme en de oude volksreligies vaak door elkaar werden gehaald, vooral door leken. Toen ik net begon met lesgeven in Singapore merkte ik dat dezelfde vragen telkens weer werden gesteld. Vooral jonge mensen, die intelligent en geschoold waren, probeerden waarlijk het boeddhisme en zijn relatie tot het moderne leven te begrijpen.

Vlak daarna kreeg ik bezoek van een andere man en tijdens ons gesprek zei hij: "Het zou goed zijn wanneer we Boeddha's onderricht zouden kunnen volgen in de omgangstaal: een duidelijke uitleg zonder veel begrippen in het Pali of Sanskriet die we immers toch niet begrijpen. Ik zal u daar graag bij helpen."

Het idee om dit boekje te schrijven kwam dus van deze beide mensen Lee Siew Cheung en Robert Gwee. Mijn bedoeling is anderen hiermee te helpen, ofschoon mijn kennis beperkt en mijn schrijfstijl slecht is. Eventuele fouten komen derhalve volledig voor rekening van mijn onwetendheid.

Ik bied mijn diepste respect en dankbaarheid aan aan de boeddha's en aan mijn spirituele meester, vooral Zijne Heiligheid de Dalai Lama, Tsenzhab Serkong Rinpochee en Zopa Rinpochee.

DE ESSENTIE VAN HET BOEDDHISME EN DE BOEDDHISTISCHE TRADITIES

Wat is de essentie van Boeddha's onderricht?

De essentie van Boeddha's onderricht is eenvoudig; anderen geen kwaad doen, maar hen zoveel mogelijk helpen. Anders gezegd: "Vermijd negatieve handelingen, creëer positieve verdiensten en beheers de eigen geest. Dit is het onderricht van de Boeddha." Door negatieve handelingen (doden, etc.) en destructieve drijfveren (woede, gehechtheid, verkeerde zienswijzen, etc.) te vermijden, houden we op onszelf en anderen schade te berokkenen. Door positieve verdiensten te creëren ontwikkelen we heilzame eigenschappen zoals onbevooroordeelde liefde en mededogen en wordt ons handelen gemotiveerd door dergelijke gedachten. Door het beheersen van onze geest ontdoen we ons van alle valse projecties. Zo maken we onszelf kalm en vredig door de werkelijkheid te begrijpen.

De essentie van Boeddha's onderricht zit ook vervat in de drie principes van het pad: verlost worden van het rad van wedergeboorte, het toegewijde hart en de wijsheid die de leegte realiseert. In het begin proberen we verlost te worden van de verwarring die veroorzaakt wordt door onze problemen en de oorzaken daarvan. Dan zien we dat andere mensen ook problemen hebben en met liefde en mededogen wijden we ons hart toe aan de poging een boeddha te worden zodat we in staat zijn op grote schaal anderen te helpen. Om dit te kunnen, ontwikkelen we de wijsheid die de ware aard van onszelf en andere verschijnselen begrijpt.

Wat zijn de Drie Juwelen? Wat betekent het dat we toevlucht tot hen nemen?

De Drie Juwelen zijn de Boeddha, de Dharma en de Sangha. Boeddha is iemand die zijn geest heeft gezuiverd van alle onzuiverheden - negatieve emoties,

de indrukken van handelingen die door de emoties in gang zijn gezet en de gevolgen van deze emoties - en die alle goede eigenschappen zoals onbevooroordeelde liefde en mededogen, wijsheid die heel het bestaan kent en de kunst om anderen te helpen heeft ontwikkeld.

De Dharma belichaamt de preventieve maatregelen die ons afhouden van problemen en lijden. Dit omvat zowel het onderricht van Boeddha als de realisaties van dat onderricht - het ophouden van problemen en de oorzaken daarvan, en de realisaties op paden die leiden tot het ophouden van problemen en de oorzaken daarvan.

De Sangha bestaat uit wezens die direct, niet-conceptueel inzicht in de leegte of de uiteindelijke waarheid bezitten. Relatief gezien wordt met Sangha ook verwezen naar de ingewijden die Boeddha's onderricht in praktijk brengen.

De Dharma is onze echte toevlucht, het medicijn dat we nemen en dat onze problemen en de oorzaken daarvan opheft. Boeddha is als de arts die de oorzaak van onze problemen juist diagnostiseert en het benodigde medicijn voorschrijft. Door ons bij de beoefeningen bij te staan fungeert de Sangha als de verpleegster die ons helpt het medicijn in te nemen.

Toevlucht nemen betekent dat we er met heel ons hart op vertrouwen dat de Drie Juwelen ons inspireren en ons leven in een opbouwende en heilzame richting leiden. Toevlucht nemen betekent niet dat we ons passief kunnen verschuilen achter de bescherming van Boeddha, de Dharma en de Sangha. Het is eerder een actief proces van de richting inslaan die zij aangeven en zo de kwaliteit van ons leven te verbeteren.

Waarom zijn er vele boeddhistische tradities?

Boeddha gaf diverse soorten onderricht omdat levende wezens (elk wezen met een geest dat geen boeddha is, inclusief de wezens in andere bestaanswerelden) verschillende aanleg, neigingen en interessen hebben. Boeddha verwachtte niet dat we allemaal in dezelfde mal zouden passen. Daarom gaf hij verschillende soorten onderricht en beschreef hij verschillende manieren om dat onderricht te beoefenen, dus kan iedereen iets vinden dat past bij zijn geestesniveau en persoonlijkheid. Met vaardigheid en mededogen bij het (bege)leiden van anderen heeft Boeddha het Dharmawiel driemaal gedraaid, waarbij hij telkens een iets verschillend filosofisch systeem de wereld inzond teneinde tegemoet te komen aan de diverse soorten aanleg van levende wezens. De essentie van die verschillende soorten onderricht is hetzelfde het ontwikkelen van de wens om definitief de cyclus van steeds terugkerende problemen (samsara) te ontstijgen, mededogen voor anderen en de wijsheid die de zelfloosheid realiseert.

Niet iedereen houdt van hetzelfde eten. Als we voor een uitgebreid buffet staan, kiezen we de schotels die we lekker vinden. We zijn niet verplicht alles lekker te vinden. Hoewel we misschien een voorkeur voor zoete schotels hebben, betekent dat niet dat de zoute schotels niet goed zijn en weggegooid zouden moeten worden! Evenzo kunnen we de voorkeur geven aan een bepaalde benadering van het onderricht: Theravada, Pure Land (Zuivere Land), Zen, Vadjrayana, etc. We zijn vrij om die benadering te kiezen die het best bij ons past en waarbij we ons het meest thuis voelen. Desondanks houden we een open geest en repecteren we andere tradities. Naarmate onze geest zich ontwikkelt kan het zijn dat we elementen uit andere tradities, die we eerder niet begrepen, ineens kunnen begrijpen. Kortom, we beoefenen alles wat bruikbaar is om ons een beter leven te helpen leiden en alles wat we nog niet begrijpen leggen we terzijde zonder het af te wijzen.

Als we de specifieke traditie hebben gevonden die het best past bij onze persoonlijkheid, dan moeten we ons daarmee niet teveel vereenzelvigen in de trant van "**Ik** ben een Mahayana-boeddhist, **jij** bent een Theravada-boeddhist" of "**Ik** ben een boeddhist, **jij** bent een christen". Het is belangrijk ons te realiseren dat we allemaal mensen zijn die geluk zoeken en die de waarheid willen realiseren en dat we allemaal een methode moeten zien te vinden die past bij onze aard.

Een open geest naar andere benaderingen hebben betekent echter niet dat we alles zomaar door elkaar kunnen halen; onze beoefening zou dan "tjap-tjoy" zijn. We moeten geen meditatietechnieken uit verschillende tradities gebruiken tijdens één meditatiesessie. Het is beter om tijdens één sessie ook slechts één techniek te hanteren. Als we een stukje van de ene techniek en een stukje van een andere techniek nemen en deze door elkaar gebruiken zonder ze elk afzonderlijk goed te begrijpen, dan zullen we tenslotte in de war raken. Een les die in een bepaalde traditie wordt benadrukt kan echter ons begrip en de beoefening van een andere les verrijken. Tevens is het aan te raden om dageljks dezelfde meditaties te beoefenen. Als we de ene dag een ademhalingsmeditatie doen, de

volgende dag Boeddha's naam reciteren en de derde dag een analytische meditatie doen, dan zullen we geen vorderingen maken in een van deze drie methoden omdat er geen continuïteit in de beoefening zit.

Welke boeddhistische tradities zijn er?

Algemeen gesproken zijn er twee tradities: Theravada en Mahayana. De Theravada-lijn (traditie van ouderen), die steunt op soetra's in het Pali, verspreidde zich van India naar Sri Lanka, Thailand, Birma, etc. Deze traditie benadrukt meditatie op de ademhaling om concentratie en meditatie op bedachtzaamheid van lichaam, gevoelens, geest en verschijnselen te ontwikkelen, teneinde wijsheid te ontwikkelen. De Mahayana-traditie (Grote Voertuig), die is gebaseerd op geschriften in het Sanskriet, verspreidde zich naar China, Tibet, Japan, Korea, Vietnam, etc. Ofschoon in de Theravada-beoefening liefde en mededogen essentiële factoren zijn, worden ze in de Mahayana-traditie zelfs nog meer benadrukt. Binnen de Mahayana-traditie bestaan verscheidene afdelingen: Pure Land (Zuivere Land) benadrukt het reciteren van Amitabha's naam opdat men wedergeboren mag worden in zijn zuivere land; Zen benadrukt meditatie om de lawaaierige conceptuele geest uit te schakelen; de Vadjrayana-traditie (Diamanten Voertuig) past meditatie op een boeddha-vorm toe om ons bezoedelde lichaam en geest te transformeren in lichaam en geest van een boeddha.

Waarom eten mensen in sommige boeddhistische tradities vlees, terwijl mensen in andere tradities vegetarisch eten?

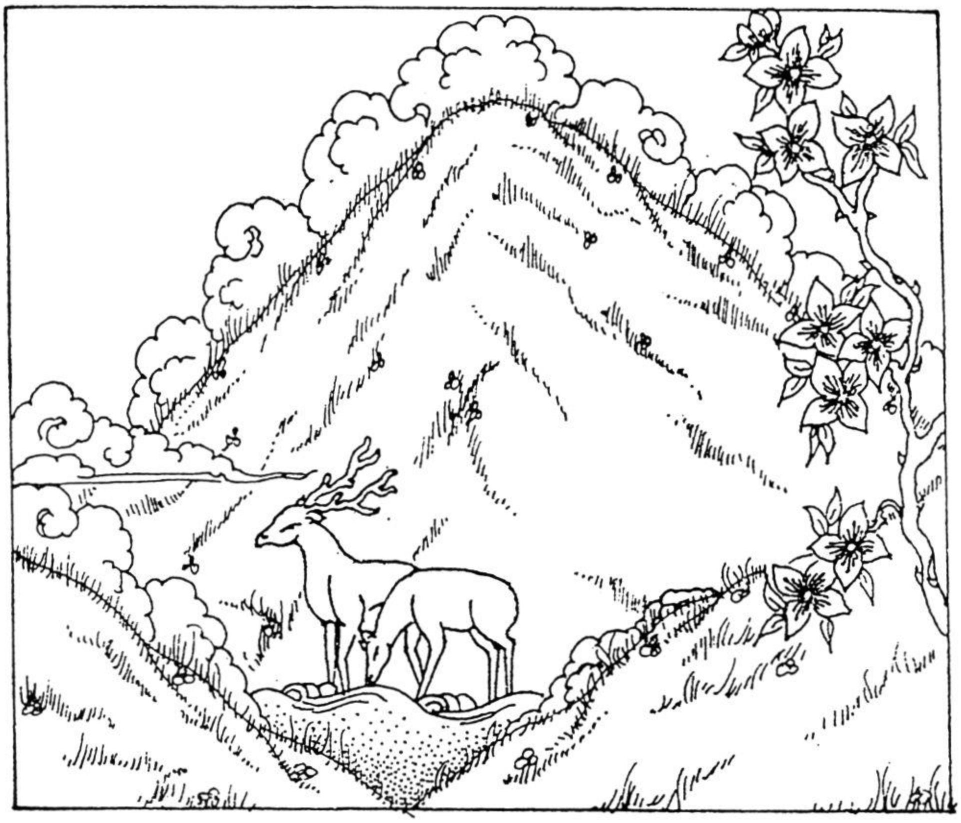
In het begin kan het verwarrend lijken dat de Theravada-beoefenaars vlees eten, de Chinese Mahayana-beoefenaars niet en de Tibetanen, die Vadjrayana beoefenen, weer wel. Dit verschil in beoefening hangt af van de verschillende punten waarop elke traditie de nadruk legt: het Theravada-onderricht legt de nadruk op het verwijderen van gehechtheid aan zintuigelijke objecten en het opgeven van de onderscheid makende geest die zegt: "Ik vindt dit lekker en dat niet". Wanneer hun monniken bedelen, moeten ze derhalve zwijgend en dankbaar accepteren wat hen wordt gegeven, of dat nu vlees is of niet. Het zou niet alleen zijn weldoeners beledigen, maar ook zijn eigen beoefening van onthechting schaden wanneer de monnik zou zeggen: "Ik mag geen vlees eten, geef me daarom meer van die overheerlijke groenten". Dus vooropgesteld dat het vlees komt van een dier wiens dood de monnik niet opgedragen, gezien of gehoord heeft of waarvan hij niet vermoedt dat het gedood is om hem vlees te verschaffen, is het hem toegestaan vlees te eten. Het is echter verstandig dat degenen die offeren zich realiseren dat de voornaamste aanname van het boeddhisme is dat men anderen geen kwaad doet; men kan dus beter zijn offers kiezen in overeenstemming met deze aanname.

Vooral in de Mahayana-traditie wordt de nadruk gelegd op onthechting en mededogen voor andere levende wezens. Voor de beoefenaar is het raadzaam geen vlees te eten om een ander levend wezen geen pijn te doen en om eventuele slagers ervan te weerhouden negatieve handelingen te verrichten. De trillingen van vlees kunnen een gewone beoefenaar belemmeren bij het ontwikkelen van mededogen. Daarom wordt vegetarisme aangeraden.

Het tantrische pad van Vadjrayana kent vier klassen. In de lagere klassen ligt de nadruk op de uiterlijke schoonheid en zuiverheid als techniek om een innerlijke zuiverheid van geest op te wekken. Omdat vlees wordt beschouwd als onzuiver eten deze beoefenaars het niet. Aan de andere kant mediteert een gekwalificeerd beoefenaar van de hoogste yoga tantra op basis van onthechting en mededogen op het subtiele zenuwstelsel en hiervoor moet zijn eigen lichaam heel sterk zijn. Aan zo iemand wordt vlees dus aangeraden. Deze klasse van tantra benadrukt de transformatie van gewone objecten door meditatie op zelfloosheid. Krachtens zijn diepe meditatie zal een dergelijk beoefenaar niet graag vlees eten voor zijn eigen genoegen.

In Tibet speelt nog een andere factor mee: vanwege de grote hoogte en het harde klimaat is er weinig anders te eten dan gemalen gerst, zuivelprodukten en vlees. De mensen daar moeten dus vlees eten om in leven te blijven. Zijne Heiligheid de Dalai Lama heeft de Tibetanen in ballingschap, die nu wonen in landen waar meer fruit en groenten voorhanden zijn, gevraagd indien mogelijk af te zien van vlees. Als een beoefenaar ernstige gezondheidsproblemen krijgt doordat hij geen vlees eet, dan kan de leraar hem toestemming geven dit te eten. Ieder moet dus zijn eigen niveau van beoefening en lichamelijke benodigdheden nagaan en dienovereenkomstig eten.

Het feit dat er zo'n grote verscheidenheid binnen de boeddhistische doctrine heerst getuigt van Boeddha's vaardigheid om mensen te (bege)leiden in over-



eenstemming met hun aard en behoefte. Het is buitengewoon belangrijk niet bevooroordeeld en sectarisch te zijn, maar respect te hebben voor alle tradities en de beoefenaars daarvan.

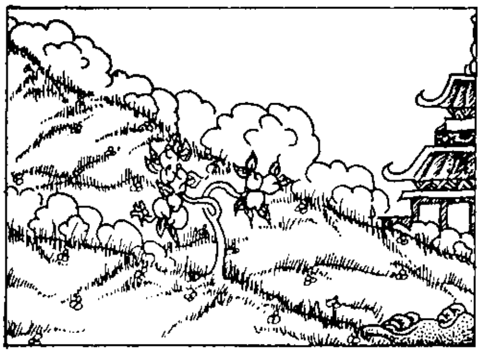
Waarom dragen sommige monniken en nonnen saffraankleurige pijen, terwijl anderen gekleed zijn in kastanjebruin, grijs of zwart?

Toen Boeddha's onderricht zich verspreidde van het ene land naar het andere was het flexibel en paste het zich aan aan de cultuur en denkwijze van de mensen daar zonder zijn essentie en betekenis te veranderen. Daarom varieert de stijl van pijen. In Sri Lanka, Thailand, Birma, etc. zijn de pijen saffraankleurig en mouwloos zoals de pijen ten tijde van Boeddha. In Tibet was echter die kleur verf niet voorhanden, dus men gebruikte daar een diepere kleur: kastanjebruin. In China wordt het als onbeleefd beschouwd als men de huid ziet, dus de pij werd aangepast en nu gebruikt men er de klederdracht uit de T'ang Dynastie met lange mouwen. De mensen in deze cultuur vonden saffraan een te vrolijke kleur voor religieuzen, dus de Chinese pijen werden grijs. De geest van de oorspronkelijk pij werd echter bewaard in de vorm van de zeven- en negendelige bruine, gele en rode opperkleden.

De manier waarop men in de diverse landen gebeden zingt verschilt ook, overeenkomstig de cultuur en de taal van de plaats. De muziekinstrumenten verschillen ook, evenals de manier van neerbuigen. Chinezen staan terwijl ze zingen, Tibetanen zitten. De variaties spruiten uit culturele aanpassingen. Het is van belang te beseffen dat deze uiterlijke vormen en manieren waarop men dingen doet niet de Dharma uitmaken. Het zijn werktuigen die ons helpen de Dharma beter te beoefenen in overeenstemming met de cultuur en de plaats waar we wonen. De echte Dharma kunnen we echter niet met onze ogen zien en niet met onze oren horen. We kunnen de Dharma alleen door onze geest ervaren. We moeten de echte Dharma benadrukken en er onze aandacht op richten, en niet op de oppervlakkige verschijningsvormen die van plaats tot plaats kunnen verschillen.

BOEDDHA

Wie is Boeddha? Als hij slechts een man is, hoe kan hij ons dan helpen?



Er zijn evenveel manieren om te beschrijven wie Boeddha is, als er manieren zijn om te begrijpen. De verschillende interpretaties hebben als bron Boeddha's onderricht. Één manier is de historische Boeddha, die ruim 2500 jaar geleden leefde, te beschouwen als een mens die zijn geest zuiverde van alle onzuiverheden en die al zijn mogelijkheden ontwikkelde. Ieder wezen dat hetzelfde doet is een boeddha, want er zijn vele boeddha's, niet slecht één. Een andere manier is een bepaalde boeddha of boeddha-vorm op te vatten als alwetende geest die zich in een bepaald fysisch aspect manifesteert om met ons te communiceren. Weer een andere manier is Boeddha - of één van de verlichte boeddha-vormen - te beschouwen als de toekomstige boeddha die we zullen worden als we ons op de juiste manier en volkomen bezighouden met het pad, onze geest zuiveren en al onze mogelijkheden ontwikkelen. Laten we deze drie manieren eens nader onderzoeken.

De historische Boeddha

De historische Boeddha Sakyamoeni, werd als prins geboren en had alles wat het leven te bieden had in termen van materieel bezit en rijkdom: een liefhebbend gezin, roem, reputatie en macht. Hij begreep dat hoewel deze zaken tijdelijk werelds geluk brachten, ze nooit blijvend geluk zouden kunnen brengen. Daarom verliet hij zijn koninklijke omgeving en werd hij een asceet op zoek naar de waarheid. Nadat hij zich gedurende zes jaar aan zware lichamelijke oefeningen had onderworpen, begreep hij dat het uiterste van zelfontkenning ook niet het pad naar het uiteindelijke geluk was. Toen ging hij onder de bodhi-boom zitten en in diepe meditatie zuiverde hij zijn geest volledig van alle verkeerde zienswijzen, negatieve handelingen en de indrukken daarvan op zijn geest, en perfectioneerde hij al zijn mogelijkheden en goede eigenschappen. Daarna gaf hij met mededogen, wijsheid en vaardigheid zijn onderricht en stelde hij al doende anderen in staat om langzaam aan hun geest te zuiveren, hun mogelijkheden te ontwikkelen en dezelfde realisatie en staat van geluk te bereiken als hij.

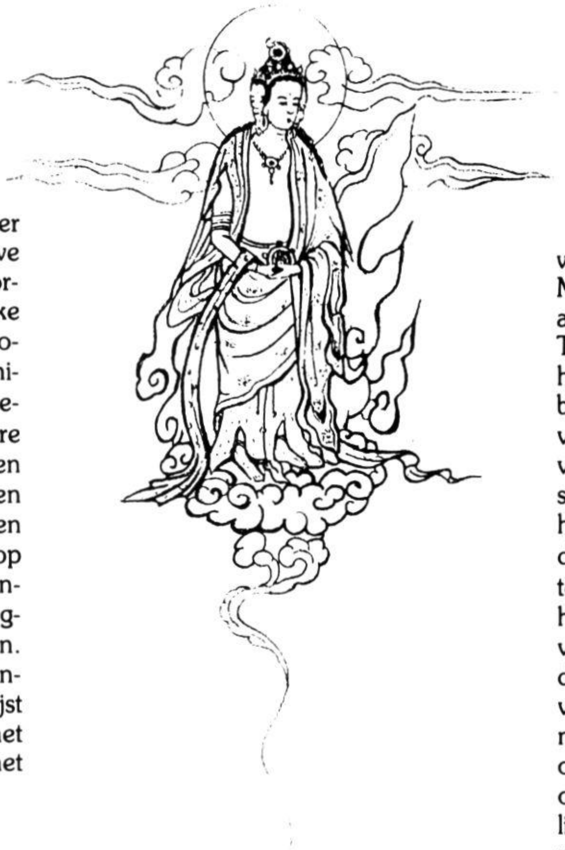
Hoe kan Boeddha ons bevrijden van onze problemen en onze pijn? Hij kan zeker de negatieve emoties niet uit onze geest trekken zoals een doorn uit onze voet getrokken kan worden. Ook kan hij onze onzuiverheden niet wegwassen met water of zijn realisatie in onze geest gieten. Boeddha bezit een onbevooroordeeld mededogen voor alle levende wezens en koestert ons meer dan zichzelf; dus als ons lijden alleen door een handeling van Boeddha opgeheven zou kunnen worden, dan zou hij dat beslist al gedaan hebben.

Onze ervaring, geluk of pijn, hangt af van onze geest. Het hangt af van de vraag of we de verantwoordelijkheid voor het beheersen van onze negatieve emoties en handelingen al dan niet op ons nemen. Boeddha heeft ons laten zien hoe we dat kunnen doen, namelijk door middel van het pad dat hijzelf ook is gegaan van de staat van een gewoon verward wezen, zoals we nu zijn, tot de staat van volledige zuivering en groei, ofwel het boeddhaschap. Het is aan ons om deze methode te beoefenen en onze geest te transformeren. Boeddha Sakyamoenie is iemand die heeft bereikt wat wij allemaal graag willen bereiken: de staat van het eeuwigdurende geluk. Dat heeft hij onderwezen zowel door middel van zijn levensverhaal als door middel van de diverse lessen die hij heeft gegeven. Maar hij kan geen controle uitoefenen op onze geest, dat kunnen wij alleen zelf. Onze verlichting hangt dus niet alleen af van Boeddha die ons het pad wijst, maar van onze eigen inzet bij het volgen van dit pad.

We kunnen dit vergelijken met naar Londen willen gaan. Eerst moeten we uitzoeken of er wel een plaats bestaat die Londen heet. Daarna zoeken we iemand die daar al eens is geweest en die de kennis, het vermogen en de bereidheid bezit om ons alle informatie voor de reis te verschaffen. Het zou dwaas zijn om iemand te volgen die daar nog nooit is geweest, want hij zou zonder te weten een fout in de uitleg kunnen maken. Evenzo heeft Boeddha de staat van volledige zuivering en groei bereikt; hij heeft de wijsheid, het mededogen en is in staat om ons het pad te wijzen. Het zou onverstandig zijn om onszelf te verlaten op de hulp van iemand die de verlichte staat zelf nog niet heeft bereikt.

Onze reisgids kan ons informeren over wat we op onze tocht mee moeten nemen en wat we achter kunnen laten. Hij

kan ons vertellen hoe we op een ander vliegtuig moeten overstappen, hoe we de verschillende plaatsen waar we doorheen komen kunnen herkennen, welke gevaren we onderweg tegen kunnen komen, etc. Boeddha heeft de diverse niveaus van de paden en stadia beschreven, hoe we van het ene naar het andere kunnen komen, welke eigenschappen we moeten meenemen en ontwikkelen en welke we achter kunnen laten. Een reisgids kan ons echter niet dwingen op reis te gaan - hij kan slechts de weg aanduiden. We moeten zelf naar het vliegveld komen en op het vliegtuig stappen. Evenzo kan de Boeddha ons niet dwingen het pad te beoefenen. Hij onderwijst en zijn eigen leven toont hoe we het moeten doen, maar wijzelf moeten het doen.



Boeddha's als manifestaties

De tweede manier om over boeddha's te denken is als manifestatie van de alwetende geest in een fysieke vorm. Deze wezens, die boeddha zijn, zijn alwetend in die zin dat ze alle bestaande verschijnselen net zo helder waarnemen als wij onze hand kunnen zien. Ze hebben dat vermogen gekregen door hun wijsheid en mededogen volledig te ontwikkelen, waardoor ze alle gebreken ophieven. Maar wij kunnen niet direct communiceren met de alwetende geest van de boeddha's omdat we niet helderziend zijn. Als de boeddha's hun grootste wens om alle levende wezens naar de verlichting te leiden in vervulling willen doen gaan, dan is het noodzakelijk dat ze met ons communiceren. En om met ons te kunnen communiceren nemen ze een fysieke vorm aan. Op deze manier kunnen we denken aan Boeddha Sakyamoenie als een wezen dat al verlicht was en dat verscheen in de vorm van een prins teneinde ons te onderrichten.

Maar als hij al verlicht is, hoe kan hij dan wedergeboren worden? Sakyamoenie werd niet wedergeboren onder invloed van negatieve emoties en handelingen (karma) zoals gewone wezens, want hij had deze onzuiverheden reeds uit zijn geest verwijderd. Hij was in staat om op aarde te verschijnen door de kracht van zijn mededogen.

Als we aan Boeddha denken als manifestatie, dan moeten we geen nadruk leggen op Boeddha als persoonlijkheid. We kunnen ons beter concentreren op de eigenschappen van de alwetende geest die in de vorm van een mens verschijnt. Dit is een abstractere manier om Boeddha te begrijpen, dus er is meer inzet voor nodig om zo te denken en te begrijpen.

Op dezelfde wijze kunnen de diverse verlichte boeddha-vormen worden gezien als manifestaties van de alwetende geest. Waarom zijn er zoveel boeddhavormen als alle wezens die de verlichting hebben bereikt dezelfde realisatie hebben? Dat komt omdat elke fysieke verschijningsvorm andere aspecten van onze persoonlijkheid benadrukt en ermee communiceert. Dit toont hoe goed Boeddha zijn middelen heeft gekozen. Avalokiteshvara (Kuan Yin, Chenrezig) is bijvoorbeeld de manifestatie van mededogen van alle boeddha's. Hoewel hij alle mededogen en wijsheid van een boeddha bezit, benadrukt Avalokiteshvara's manifestatie mededogen. Door aan Avalokiteshvara te denken, tot hem te bidden en op hem te mediteren kunnen we alle eigenschappen van de boeddha's ontwikkelen en in het bijzonder zal ons mededogen zich sneller ontwikkelen.

De witte kleur van Avalokiteshvara benadrukt zuiverheid, in dit geval zuivering van egoïsme door middel van mededogen. De duizend armen, elk met een oog in de handpalm, drukken uit hoe onbevooroordeeld mededogen staat tegenover alle wezens en bereid is hen te helpen. Door mededogen in deze fysieke vorm te visualiseren communiceren we op een nonverbale en symbolische manier met mededogen.

Mandjoeshri is de manifestatie van de wijsheid van alle boeddha's hoewel ook Mandjoeshri dezelfde realisaties heeft als alle boeddha's. Mandjoeshri wordt in de Tibetaanse traditie geel afgebeeld, terwijl hij een vlammend zwaard en een lotusbloem met de Soetra van de Perfectie van Wijsheid vasthoudt. Zijn fysieke vorm staat symbool voor innerlijke realisaties. De kleur geel staat voor de wijsheid, die de geest verlicht zoals de gouden stralen van de zon de aarde verlichten. Ook het zwaard symboliseert wijsheid, maar dan in zijn functie van het verminderen van onwetendheid. Dat hij de Soetra van de Perfectie van Wijsheid vasthoudt geeft aan dat wij deze soetra moeten bestuderen, overdenken en erop mediteren, willen we deze wijsheid ontwikkelen. Door Mandjoeshri te visualiseren en op hem te mediteren kunnen we de eigenschappen van een boeddha, en in het bijzonder wijsheid, ontwikkelen.

Nu begrijpen we waarom er zoveel boeddha-vormen bestaan. Elke boeddha-vorm benadrukt een bepaald aspect van de verlichte eigenschappen, teneinde die eigenschap symbolisch aan ons over te brengen. Dit betekent niet dat een wezen als Avalokiteshvara niet bestaat, want op een bepaald niveau kunnen we de Boeddha van mededogen begrijpen als zijnde iemand die in een bepaald Zuiver Land woont. Op een ander niveau kunnen we hem zien als de manifestatie van mededogen in een fysieke vorm. We moeten niet in verwarring raken omdat Avalokiteshvara soms een mannelijke en soms een vrouwelijke vorm bezit. Dat komt niet omdat hij/zij niet kon kiezen. De verlichte geest gaat uit boven het mannelijke of vrouwelijke. Het zijn slechts verschijningen om te kunnen communiceren met ons, gewone wezens, die zo vastzitten in vormen. Een verlicht wezen kan verschijnen in een breed scala aan vormen.

De aard van al deze manifestaties is hetzelfde: de alwetende geest van wijsheid en mededogen. De boeddha's en boeddha-vormen zijn geen afzonderlijke wezens op dezelfde manier als waarop een appel en een sinaasappel verschillen. Ze hebben juist dezelfde aard, maar verschijnen slechts in verschillende uiterlijke vormen om met ons op verschillende manieren te kunnen communiceren.

Van een klomp klei kan men een kan, vaas, een bord of een beeldje maken. De aard van deze voorwerpen is hetzelfde - klei - toch dienen ze verschillende functies overeenkomstig de manier waarop de klei is gevormd. Op dezelfde manier is de aard van alle boeddha's en boeddha-vormen de alwetende geest van wijsheid en mededogen. Deze geest verschijnt in een grote verscheidenheid van vormen om verschillende functies te kunnen dienen. Als we dan mededogen willen ontwikkelen, mediteren we meer op Avalokiteshvara; als onze geest mat en traag is, benadrukken we de beoefening van Mandjoeshri, de Boeddha van Wijsheid. Deze Boeddha's hebben allen dezelfde realisatie, maar ieder heeft zijn eigen specialiteit.

Foto: Jan-Paul Kool

De boeddha die we zullen worden

De derde manier waarop we de Boeddha, tot wie we toevlucht nemen, kunnen begrijpen is als de verschijning van onze eigen boeddha-natuur als deze volledig ontwikkeld zou zijn. Alle levende wezens hebben de mogelijkheid om boeddha te worden, want we hebben allemaal de heldere natuur van de geest. Op het moment wordt onze geest verduisterd door negatieve emoties (klesa) en handelingen (karma). Door voortdurende oefening kunnen we deze onzuiverheden uit onze geestesstroom verwijderen en de zaden van al onze mogelijkheden voeden. Zo kan ieder van ons een boeddha worden als het proces van zuivering en groei voltooid is. Dit is een uniek kenmerk van het boeddhisme, want in de meeste religies bestaat er een onherstelbare afstand tussen het goddelijk wezen en de mens. Boeddha heeft echter gezegd dat elk levend wezen de mogelijkheid tot perfectie in zich draagt. Het is slechts een kwestie van beoefening en het creëren van de oorzaken om die perfecties te bereiken.

Als we Boeddha of een boeddha-vorm visualiseren en aan hem denken als de toekomstige boeddha die we zullen zijn, dan stellen we ons onze, nu nog latente, boeddha-natuur voor in zijn volledig ontwikkelde vorm. We denken aan de toekomst wanneer we het pad van zuivering en groei voltooid zullen hebben. We stellen ons de toekomst voor in het heden en op deze wijze bevestigen we onze eigen goedheid. Dit helpt ons tevens te begrijpen dat wat ons uiteindelijk beschermt tegen lijden, onze eigen beoefening en het bereiken van de verlichting is.

Deze drie verschillende manieren om Boeddha te begrijpen lopen op in moeilijkheidsgraad. Misschien kunnen we ze niet meteen vatten. Dat is prima. Ik heb verschillende interpretaties uitgelegd omdat mensen op verschillende manieren dingen begrijpen. We worden geacht niet allemaal op dezelfde manier te denken of alles meteen te begrijpen.

Ontmoeting christelijke en boeddhistische monniken

Foto: Jan-Paul Kool

Op initiatief van de Benediktijner monnik Vader Dom Tholens vond eind augustus een ontmoeting plaats tussen christelijke en boeddhistische monniken uit het Nederlandse taalgebied in het Maitreya Instituut te Emst. Het is de eerste keer dat een dergelijke ontmoeting in Nederland plaatsvond en gezien het enthousiasme van de deelnemers die elkaar vonden in lange gesprekken en gedeelde meditaties, zeker de moeite waard om vaker te doen. In de volgende drie artikelen komen achtereenvolgens Vader Dom Tholens, Gelong Thubten Tsépèl en Vader Bernard de Give aan het woord over hun ervaringen tijdens de ontmoeting die duurde van donderdagavond 25 augustus tot zaterdagmiddag 27 augustus.

VADER DOM THOLENS:

Het contact van de katholieke monniken, die een contemplatief leven leiden, Benedictijnen en Cisterciëncers, met Z.H. de Dalai Lama en de Tibetaanse monniken dateert al uit 1973, toen Z.H. de Dalai Lama twee ervaren Tibetaanse monniken afvaardigde naar een Pan-Aziatisch monnikencongres van Benedictijnen in Bangalore (India). Sinds die tijd bezochten vele Tibetaanse monniken op uitnodiging van een speciaal daartoe door de Benedictijnen opgericht secretariaat de grote abdijen van Benedictijnen en Cisterciëncers in Europa en Amerika. Het 'Intermonastic Hospitality Program' van de Amerikanen beleeft reeds zijn vierde fase en sponsort momenteel een groep Tibetaanse monniken die maar liefs 25 Amerikaanse abdijen bezoeken.

In Nederland was van 25-27 augustus jl. de beurt der gastvrijheid aan het Maitreya Instituut te Emst, dat een uiterst verzorgde en gulle gastvrijheid bereidde aan de christelijke monniken. De groep van deze monniken was weliswaar klein, vier man. Men had op meer gerekend, maar het voordeel was misschien de voortreffelijke diepte van wederzijdse vragen en antwoorden die daardoor bereikt werd.

Wij willen hier een kleine greep doen uit de gesprekken:

Wat wordt verstaan onder 'Gemeenschap' waarvan sprake is in de derde formule van Toevlucht? In het antwoord werd uiteengezet dat die 'gemeenschap' er een is van alle 'heiligen' d.w.z. van alle levende wezens (mensen én dieren) die zich verwezenlijken in de boeddhanatuur. De christelijke monniken denken bij de gedachte aan 'gemeenschap' bij voorkeur eerst, misschien bij té grote voorkeur, aan de institutionele gemeenschap. Gezocht werd ook naar waar de kern van een monniksideaal moet liggen. Heeft die kern, zoals die gezocht wordt door de boeddhisten iets te maken met wat christenen 'God' noemen? In welke zin is Jezus in het christelijke geloof 'God'? En, als Jezus waarlijk mens is, welke methode heeft hij gebruikt en raadt hij zijn volgelingen aan om hun Gods-relatie te verwezenlijken? Tenslotte, is één leven voor de christenen voldoende om dat ideaal en voorbeeld van Jezus te realiseren? Een belangrijke plaats werd in de gesprekken ingeruimd voor de Tantrische visualisatie. Is ook Jezus in de christelijke meditatie zo'n visualisatie waar kracht en genade uit overstromen in de mediterende christelij-

ke 'yogi'? Ja, de genade, op welk moment komt die in de meditatie en realisatie tussenbeide? De indruk van de christelijke monniken was dat de 'realisatie' bij de boeddhisten veel sterker uitgaat van de inspanning van het individu, eventueel onder leiding van een tutor, dan van wat de christenen het mysterie van de kerk noemen, de bemiddeling van sacramenten, riten en hiërarchische overheid.

Het verslag van de ontmoeting moet het hierbij laten. Alleen valt nog te vermelden hoezeer het gezamenlijk mediteren van christenen en boeddhisten een genade betekende. Tijdens de volle maan meditatie weifelden de christenen niet om 'Tara' te visualiseren, wier beeld door hen vervloeide in Maria, de 'Middelares' en tenslotte in Jezus zelf.

Groot is aller vreugde geweest om het slagen van deze ontmoeting van boeddhistische en christelijke monniken. De laatste middag van de samenkomst waren vele geïnteresseerde leken aanwezig. Zij konden zich mengen in de discussies. Moge het alles leiden tot een dankbaar begrip voor wat monniken en nonnen van boeddhisme en christendom met elkaar verbindt!

GELONG THUBTEN TSÉPÈL:

Zes boeddhistische monniken, waarvan twee Tibetanen en vier Nederlanders, hadden een ontmoeting met vier katholieke monniken, waarvan twee Benedictijnen, een Trappist en een Dominicaan.

De ontmoeting kan met recht een groot succes genoemd worden, want hoewel het heel gemakkelijk is verschillen of zelfs tegenstellingen tussen de beide religies te benadrukken, hetgeen overmijdelijk tot grote tegenstellingen of zelfs tot konflikt zou leiden, was de bijeenkomst ver verheven boven de beperkingen die terminologie en woordgebruik maar al te gemakelijk veroorzaken. Opvallend was de gave van vooral de oudere monniken en van de Geshe met zijn Nederlandse vertaler om een toenadering tot stand te brengen door deductie en dialectiek opzij te zetten en daarmee de grenzen van gewoon woordgebruik en het vasthouden aan vaststaande, concrete begrippen te transcenderen.

Vooral de vrijdag werd om deze reden door de deelnemers ervaren als buitengewoon diepzinnig en verheven. Onder leiding van Vader Dom Tholens en Geshe Konchog Lhundup, die de heelheid en eenheid van de uiteindelijke realiteit bleven benadrukken ontstond iets van **inzicht dat voorbij woorden reikt!** In de woorden van de oude Trappist Bernard de Give, "Het was heel, heel bijzonder zo'n ontmoeting te hebben op vrijdag. Ik heb aan vele conferenties deelgenomen en aan dialogen meegedaan, maar niet eerder heb ik op een interreligieuze ontmoeting zoveel diepgang gevoeld".

De voornaamste konklusie van deze eerste ontmoeting in Emst is dan ook dat het heel goed mogelijk is toenadering en zelfs een gevoel van eenheid tot stand te brengen tussen boeddhisten en katholieken, die beide het contemplatieve kloosterleven leiden. Voorwaarde voor toenadering is wel dat de Leer van Jezus Christus niet wordt benaderd vanuit het wetenschappelijke en niet door de ogen van de dialectiek, maar dat de Woorden van Jezus als beschrijvend en verwijzend worden beschouwd, in de sfeer van het evangelie van Johannes. Deductie-dialectiek, die ook in de wetenschap wordt gebruikt, kan alleen worden toegepast op de relatieve werkelijkheid en heeft geen plaats in de uiteindelijke werkelijkheid of waarheid. In de uiteindelijke realiteit is geen dualiteit. In de uiteindelijke realiteit of waarheid is de beperking van de dichotomie overwonnen en is het heel goed mogelijk dat we behalve het ons bekende $A = B$ óf $A \neq B$ moeten accepteren dat er verschijnselen zijn waarvoor beide stellingen evenzeer waar zijn namelijk iets is zowel $= B$ alsook $\neq B$ en dat er verschijnselen zijn waarvoor beide stellingen niet waar zijn namelijk iets is niet $= B$ en tegelijk niet $\neq B$!

Kortom, we moeten om het beeld achter de woorden van Jezus te begrijpen en om ons door dat beeld te laten leiden, afstand doen van het deductieve, beperkende, wetenschappelijke redeneren van de Europese dialectiek, die alleen onderscheid kan aantonen en daarom altijd de werkelijkheid als één geheel, geweld aandoet.

Om de niet te scheiden heelheid van "GOD" of van het "Heldere Licht van de Leegte" te ervaren is het noodzakelijk haar te benaderen door middel van methoden, die geen gebruik maken van analyse op wetenschappelijk niveau. Zowel de beschrijvende, verwijzende Woorden van Jezus, alsook de niet-bevestigende ontkenning van de Prasangika Madhyamika en vooral de alle rationaliteit overstijgende methoden van de boeddhistische tantra's, lijken betrouwbare methoden te zijn om een niet onder woorden te brengen en dus transcendente ervaring van het Uiteindelijke of Absolute op te wekken.

We hebben goede hoop dat deze ontmoeting slechts een begin is van een verdere en even diepzinnige dialoog tussen boeddhistische en katholieke kloosterlingen, en we danken in dit verband nogmaals Vader Dom Tholens en Pater Bernard de Give, die al jarenlang hun best doen om deze dialoog op gang te brengen.

VADER BERNARD DE GIVE:

Op initiatief van Dom Cornelius Tholens, O.S.B., werd een ontmoeting georganiseerd tussen katholieke en boeddhistische monniken. Van katholieke zijde waren de volgende deelnemers aanwezig: Dom C. Tholens, voormalig abt van het klooster Slangenburg; Vader Bernard de Give, Trappist uit Scourmont, dichtbij Chimay in België; Vader Jaap Hendrix, O.S.B. die een Benediktijns centrum leidt in Nijmegen en Vader Chris Smoorenburg, O.P. die deel uitmaakt van een afdeling van de universiteit van Nijmegen, waar hij meditatieonderricht geeft in Oosterse religies.

Van Tibetaanse zijde was aanwezig Geshe Konchog Lhundup als hoofd van de monnikengemeenschap in Emst. Hij was het die voornamelijk vragen stelde over het christendom. De intelligente en betrouwbare vertaling werd verzekerd door een Nederlandse monnik, Gelong Thubten Tsépèl. Veel ter zake doende vragen kwamen van een jonge Tibetaanse monnik, open voor de christelijke doctrines, Tenzin Lama. Ook drie Hollandse novice monniken uit de gemeenschap in Emst assisteerden tijdens de ontmoeting.

De katholieke monniken stelden hun vragen aan de Geshe. Het is voldoende hier een opsomming te geven van de punten die naar voren kwamen want niemand heeft alle antwoorden opgeschreven.

Wat is toevlucht nemen in de Gemeenschap? De boeddhanatuur in elk wezen; zelfs in dieren. Universele geest en individuele geest, zelf weer onderverdeeld in sferen van bewustzijn. Met als meest diepgaande het subtiele mentale bewustzijn. Het is hieraan dat de karmische indrukken zijn verbonden. De vorming van een jonge Tibetaanse monnik; hoe hij zich een leraar kiest en hoe die

hiërarchische verhoudingen binnen een klooster gebaseerd zijn op persoonlijke relaties. Er werd vooral gesproken over universiteitskloosters, waar studie het belangrijkste is. Er is geen verplichte tijd gereserveerd voor meditatie. Deze kan individueel worden gedaan, vooral wanneer het stil wordt zoals 's nachts. Verder werd gesproken over de discipline, die vooral in de tantrische kloosters vele strakker en stricter wordt toegepast. Het gemeenschapsleven is er erg goed ontwikkeld; er zijn gezamelijke slaapzalen en hun gehele leven wordt gewijd aan rituelen, erediensten en meditatie. De tantrische yogies, de Naldjorpa's leven wel zeer ingetogen.

Op zijn beurt stelde de Lama vragen over Jezus, zijn natuur (mens-God), zijn gebeden, zijn moraliteit, zijn meditatiemethodes. Vragen met betrekking tot de verschillen tussen de diverse termen die etappes aangeven van uiteindelijke realisatie zoals: Nirvana, Dzogchen, Mahamudra, Shunyata en het Heldere Licht (Eu-sel). Er is gesproken over de verhouding tussen het contemplatieve en het dagelijkse leven. Over de symboliek van kleuren zoals tijdens visualisaties of met betrekking tot de kleur van de pijen (hun donkerrode kleur komt uit Kashmir; de dracht van de Mulasarvastivadin). Over de lage tonen die gezongen worden door de monniken van de tantrische kloosters. En over de betekenis van de naam Christus. Het laat zich raden dat de vele vragen leidden tot urenlange uitwisselingen die niet allen interessant waren maar bovendien gretig werden gevoerd. Er is van beide zijden over heel wat zaken gesproken. De tendens was echter in het geheel niet zodanig dat we elkaar bestreden. In tegendeel er werden in een broederlijke dialoog punten van contact gevonden die de diepgang van elkaars religie deden begrijpen.

Dezelfde atmosfeer heerste op de laatste middag waarbij mensen van buiten het centrum en bewoners van het centrum samen met de monniken discussieerden. Er waren zeker dertig personen aanwezig. Dat zou op het eerste gezicht de ontmoeting wat zwaar hebben kunnen maken, zeker omdat men niet bang was de meest mysterieuze theologische problemen te confronteren. Hier volgen enige van de onderwerpen waarover werd gesproken.

Wat betekent het woord 'zegening' in de boeddhistische en katholieke kontext? Wat betekent 'genade en initiatie'? De driedeling van het menselijk wezen volgens St. Paul aan de Thessalonici: lichaam, geest en heilige geest. De verhouding tussen onze geest en de Heilige Geest. God en ik en ik en God. God als creator en creatie, door de geest van het boeddhisme. Ervaringsreligies en openbaringsreligies. De vrijheid van de mens en de goddelijke natuur binnenin hem.

U ziet welke problemen men op tafel legde. Het mooie is dat niemand zich gekwetst voelde. En in plaats van moe te worden door een discussie op dit niveau, verklaarde een ieder zich opgebeurd te voelen, daarmee uitdrukking gevend aan de wens dergelijke ontmoetingen vaker te laten plaatsvinden.

Vertaling uit het Frans: Jan-Paul Kool

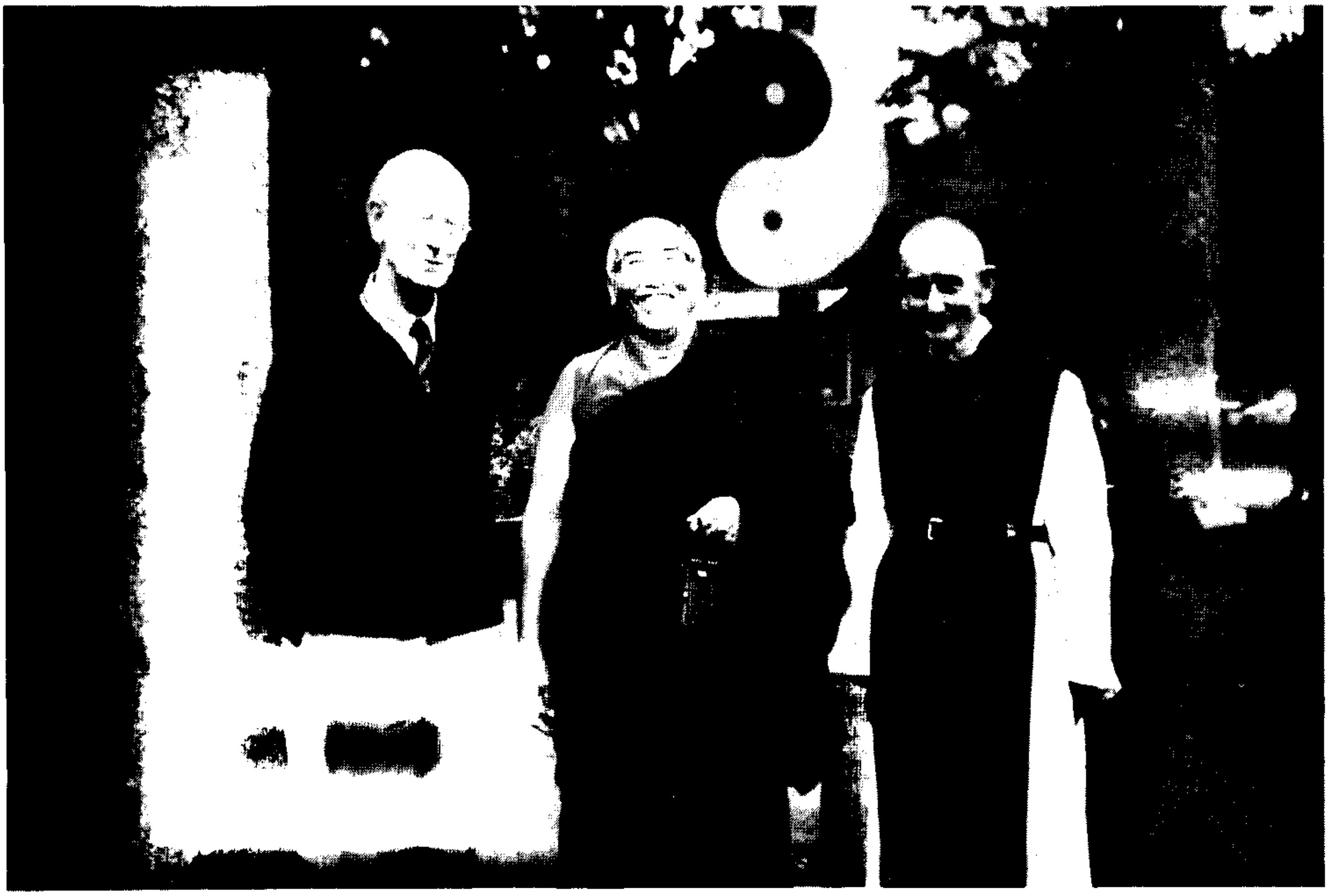


Foto: Jan-Paul Kool

De Geshe graad

De eerste Tibetaans boeddhistische traditie waarbij na het afsluiten van een serie van studies een graad werd toegekend was bij de Sakyas en net zoals bij de Geshe-graad werd deze verworven op basis van de vaardigheden in het dialectisch debat. Dit werd Kashie of Ka-shoe, de vier of tien onderwerpen genoemd. Ze werden gezamelijk geëxamineerd zodat na één effectief vertoond debat al bewezen was of de kandidaat bekwaam werd geacht in alle onderwerpen. Verschillende van zulke debatten werden gehouden. In de tijd van Lama Tsong Khapa werd deze graad toegekend in de kloosters Samphu, Kyormolung en Dewachen, het latere Gyütö.

De studie van een monnik is verdeeld in zes hoofdonderwerpen welke verspreid worden over vijftien klassen. De hoofdonderwerpen zijn:

1) Verzamelde Thema's (bsdus-gra) die een voorbereidend leerplan en tevens overzicht vormden van de studie,
2) Perfectie van Wijsheid (Prajra paramita/Par-phyin),
3) Midden-Weg (Madhyamika/dbhuma),
4) Betrouwbaar Weten (Pramana/tshadma),
5) Discipline (Vinaya/'Dul-ba),
6) Metafysica (Abhidharma/mDzod).

maar algemeen kan de volgende tijdsindeling aangehouden worden; Verzamelde Thema's: één jaar, Perfektie van Wijsheid: vijf jaar, Midden-Weg: twee jaar, Discipline: één jaar, Metafysica: twee jaar, terwijl het Betrouwbaar Weten door alle jaren en onderwerpen heen behandeld werd.

Colleges als Gomang in Drepung besteden zo'n acht jaar aan Verzamelde Thema's, maar deze periode kon op speciaal verzoek ingekort worden voor monniken die van ver afgelegen plaatsen kwamen. De monniken die hun studie hadden afgerond en zaten te wachten op hun Geshe-examen besteedden hun tijd met het perfectioneren van hun vaardigheden in het debat en het bestuderen van de laatste twee onderwerpen. Tulku's (erkende gereïncarneerde lama's) mochten hun examens doen, direct nadat zij hun studies hadden afgerond waarna de meesten terugkeerden naar hun eigen kloosters in andere delen van Tibet om daar onderricht te geven.

Ieder jaar gingen de monniken een klas omhoog en werd het jaarlijkse examen afgenomen voor hen die hun studies hadden afgerond, waarbij hun resultaten geëvalueerd werden door de abt van het betreffende college. De onderwerpen voor het dialectisch examen werden gekozen uit het totale studiepakket (uit alle zes hoofdonderwerpen), terwijl de student zich niet speciaal kon voorbereiden omdat het onderwerp waarover gedebateerd werd door de abt ter plaatse werd uitgekozen. Als zodanig was het voor de student een echte test in bekwaamheid en inzicht in zijn studie. Op het einde werd de kandidaat door de abt in een Geshe-categorie ingedeeld overeenkomstig zijn bekwaamheden. Er waren vier categoriën, van laag naar hoog; Dorampa, Lingtse, Tsorampa, Lharampa. Verder werden er prijzen toegekend aan de beste kandidaten welke de abt uit zijn persoonlijke fonds schonk. Daarna werden de resultaten in een verzameling van monniken bekend gemaakt, alwaar de kandidaten een rituele sjaal werd aangeboden. Na dit alles waren de kandidaat-Geshes verplicht de drie dagelijkse debatsessies bij te wonen voor een periode van acht maanden.

In de vijfde maand ontvingen de Lharampa en Tsorampa kandidaten een uitnodiging van de Debat-Assistenten van de Dalai Lama (Tsen-shabs) om te verschijnen bij het examen in het Norbulinka paleis. Deze debatten begonnen bij het opkomen van de zon, werden onderbroken voor de dagelijkse bijeenkomst van alle regerings-ambtenaren voor thee en tsampa, terwijl aan hen die om een audiëntie hadden verzocht bij de Dalai Lama het tijdstip van hun bezoek bekend werd gemaakt waarna de debatten hervat werden tot de zon weer onderging.

Loten werden getrokken om de volgorde van de kandidaten te bepalen. De eerste kandidaat werd uitgedaagd door de tweede, de tweede door de derde enzovoort. Dezelfde procedure werd gevolgd voor elk van de vijf onderwerpen, waarbij de totale duur van het examen zes à zeven dagen was. De volgorde van de kandidaten werd geregeld veranderd zodat niet iedere monnik steeds weer dezelfde uitdager tegenover zich vond.

Tot besluit bespraken de Debat-Assistenten onderling hoe de kandidaten het ervan af gebracht hadden en wezen de verschillende rangen - van één tot zeven - toe, welke nog geheim werden gehouden. Op de derde dag van het Nieuwe jaar dienden "de Geshes", aan wie de eerste twee rangen waren toegekend, gewoonlijk te debateren vóór de Dalai Lama waarbij men de twijfel liet bestaan aan wie nu de hoogste eer zou worden toegekend. De formele toekenning van de graad was tijdens het Grote Gebeds Festival (Mön.lam Chen.mo). Alhoewel het examen in het Norbulinka belangrijk was omdat hier de kandidaat-Geshe een bepaalde rang werd toegewezen vond de uiteindelijke beslissing plaats op het Grote Gebeds Festival door de Debat-Assistenten. Zij volgden het debat van die Geshes die zij het meest veelbelovend vonden en mede vertrouwend op de gemaakte rapporten van de abten namen zij dan hun beslissing. Ieder onderdeel van het Geshe-examen was belangrijk en de Lharampa Geshe-graad die toegekend werd was uiteindelijk wel verdiend. De dag op het Grote Gebeds Festival waarop de Geshe zijn debat demonstreerde werd bepaald in één van de voorafgaande maanden. De kandidaten gingen naar het Drepung klooster, alwaar één van de abten hun kralensnoeren (mala's) innam, deze door elkaar haalde en één voor één weer oppakte. Terwijl iedere keer iemand opstond om zijn eigen kralensnoer in ontvangst te nemen werd hem verzocht een stuk papier uit de lotenbak te nemen waarop de datum stond voor zijn debat-examen. Ofschoon dit gebruik gevolgd werd, vonden vaak verschuivingen plaats omdat het noodzakelijk was dat de beste Geshes hun openbare debat vóór de vijftiende van de eerste maand van het nieuwe jaar gedaan hadden. Dit werd geregeld door de Debat-Assistenten die de kandidaten-lijsten ontvingen van het Drepung klooster.

HET COLLEGEFEEST

In de elfde maand offerde de kandidaat voor het Geshe-examen op eigen kosten een maaltijd aan de rest van zijn collega-monniken. Hier werd het belangrijkste moment van zijn academische carriere aangediend. Voorafgaand aan deze maaltijd omcirkelde de kandidaat geleid door het hoofd van zijn klassegroep de verzameling monniken terwijl hij een stok wierook vasthield en een banier waarop enkele verzen waren geschreven. Vroeger werden deze verzen gecomponeerd door de monnik zelf, daarmee zij eigen geleerdheid demonstrerend maar later werd dit meer een formaliteit en was elk voorspoedbrengend vers acceptabel.

HET OPENBARE COLLEGE DEBAT

De openbare college debatten vonden plaats in de elfde maand. Er bestonden twee soorten debatten, uitgebreide en korte. Een kandidaat werd iedere dag geëxamineerd in de vorm van een kort debat wat duurde van twaalf tot vijf uur 's middags. Wanneer alle kandidaten hun korte debatten afgerond hadden ving men aan met de uitgebreide debatten. Die begonnen op dezelfde tijd maar gingen vaak door tot tien uur 's avonds. De lengte van dit openbare college debat varieerde afhankelijk van de categorieën van Lharampa, Tsorampa en Lingtse kandidaten. Omdat ieder college elk jaar vier of vijf Lharampa kandidaten had en veel meer kandidaten van de twee andere categorieën, duurden deze openbare debatten ongeveer acht dagen.

©Karma Meunlam

Op een bepaald tijdstip voor zijn openbare debat bezocht de "Geshe" zijn Lama Shung.leg.pa (Hoofd studiebegeleider) met het verzoek een bepaald onderwerp aan te bevelen waarop de kandidaat kommentaar zou geven tijdens zijn debat. Op deze cruciale dag nodigde de kandidaat de Lama Shung.leg.pa en alle andere Geshe-kandidaten uit op zijn kamer. De Lama Shung.leg.pa nam plaats op de troon en de kandidaat maakte neerbuigingen voor hem. Aan een ieder offerde hij dan een voedzame maaltijd. Meteen daarna leidde de kandidaat de Lama Shung.leg.pa naar de verzameling van monniken. Alle Geshe-kandidaten zaten in een rij, met op het einde van de rechter-rij de kandidaat van die dag. Terwijl deze zijn versierde hoed tegen het voorhoofd hield reciteerde hij gebeden voor de boeddha's en bodhisattva's waarbij het levensverhaal van Boeddha verteld werd. Daarna gaf hij kommentaar op de verzen welke hem door de Lama Shung.leg.pa waren gegeven en ging hiermee door totdat de abt hem onderbrak, waarna de kandidaat begon met het reciteren van de debat-onderwerpen. Vroeger was het zo dat uit de gereciteerde lijst de andere debatteerders een onderwerp kozen waarop ze de kandidaat uitdaagden. Later werd dit meer een formaliteit en werden alleen voorspoedbrengende verzen gereciteerd. De Geshe-kandidaat eindigde zijn recitatie met een verkorte heropsomming van de subdivisies van de vijf hoofdonderwerpen. Meestal werd daarna gedroogd fruit geofferd aan de abt en de Tulku's en de rest werd in de groep verzamelde monniken geworpen.

Een uitdager stond op en koos een goed onderwerp zoals de Verlichtingsgeest en begon het debat met de kandidaat. In de uitgebreide openbare debatten waren de uitdagers ervaren Geshes die meestal de gewone debatsessies niet meer bijwoonden. De Geshes werden gevolgd door de Tsogchen Tulku's, hoge gereïncarneerde lama's. De abt bepaalde de tijdsduur van elk debat. In korte debatten moeten alle monniken en tulku's, zelfs de jongsten meedoen. De onderwerpen waren meestal Wijsheid en Discipline gevolgd door "Inzicht in de Middenweg". Wanneer de debatten voorbij waren stond de Lama Shung.leg.pa op, prees de gebeurtenissen van die dag en wijdde alle positieve energie toe aan het verspreiden van de Dharma. Nog één laatste debatsessie werd vereist van de Lharampa Geshe-kandidaat. Dit was een debat over het onderwerp Betrouwbaar Weten wat een hele nacht duurde en plaats vond in de winter-congregatie te Jang. De uitdagers waren allen geoefende debateerders en daarom werd dit gebeuren ook gretig aanschouwd door alle monniken van de congregatie.

Aan de "Geshes" werden hun graden toegekend op de vierentwintigste van de eerste maand op het einde van het Grote Gebeds Festival. Wanneer de Dalai Lama in Lhasa was, stond hij aan het hoofd van het gebeuren wat dan plaatsvond op de bovenste verdieping van de Jokhang. De Geshe-kandidaten wachtten buiten in de hal van de vergadering en kwamen binnen wanneer hun naam en rang werd voorgelezen door een regeringsambtenaar. Ze ontvingen offergaven zoals monnikskleding en gedroogd fruit waarna ze hun plaats innamen in de verzameling van monniken. Enhousiaste supporters van de colleges waar de kandidaat vandaan kwam wachtten buiten en probeerden erachter te komen aan wie de hoogste graad was toegekend. Wanneer de Dalai Lama niet in Lhasa was voor het Grote Gebeds Festival vond de toekenning van de Geshe-graden plaats in de Potala.

De Geshe-graad was formeel in het leven geroepen ten tijde van de vijfde Dalai Lama in de 17e eeuw. Maar in de 20e eeuw, zoals met vele andere lang bestaande instellingen werd een toekenning meer gezien als een traditioneel gebeuren. Dit kwam onder de aandacht van de dertiende Dalai Lama die tijdens zijn bezoek aan Mongolië zeer onder de indruk was van de vaardigheden in debat van de lokale geleerden.

Terug in Tibet nam hij zich voor het Geshe-systeem te hervormen en het niveau ervan te verhogen. Vóór deze hervormingen was de Lharampa en Tsorampa toekenning volledig afhankelijk van de oordeelkundigheid van de abten en hun repectievelijke colleges. Soms werd de Geshe-graad eenvoudig toegekend aan monniken op basis van hun leeftijd. In het jaar voorafgaand aan de hervormingen merkte de Dalai Lama op dat verschillende Lharampa Geshe-kandidaten niet voldoende gekwalificeerd waren en waarschuwde dat in de toekomst alleen waardige kandidaten zich mochten presenteren. Daarop werden ook de abten verplicht de Debat-Assistenten te informeren en werden de Norbulinka examens van kracht. Verscheidene kandidaten werden als ongeschikt beoordeeld en gediskwalificeerd. De dertiende Dalai Lama stelde ook verplicht dat de nieuwe Geshes in één van de twee Tantrische colleges, Gyütö of Gyume gingen studeren, om zo het basisniveau van de Tantrische colleges omhoog te halen en tevens de Geshes te dwingen hun studie te complementeren met een grondige studie van de Tantra's.

Uit: Chö Yang Volume 1 nr. 2
Vertaling: Getsül Jampel Pharchin

Ik ben een nieuwe abonnee van
het Maitreya Magazine.

Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA EMST

Nieuwe abonnee 1989 Maitreya Magazine

Ik wil mij hierbij gaarne opgeven als abonnee van het Maitreya Magazine voor 1989 à *f* 25,—.
(Alleen voor Benelux *f* 25,—, Europa *f* 30,—, buiten Europa *f* 40,—).
Indien ik mijn kaart instuur voor 15 november 1988 ontvang ik gratis het 4e nummer van 1988 in december.

Voorletters: ....

Naam: ....

Adres: ....

Postcode: ....

Woonplaats: ....

Ik ontvang uw acceptgirokaart à *f* 25,— voor 4 nummers van 1989 tezamen met het gratis decembernummer 1988 en zal deze voor 15 januari aan u voldoen.

Datum: .... Handtekening ....

CADEAU-KAART

Ja, ik help mee het Maitreya Magazine onder de aandacht te brengen van mensen die geïnteresseerd zijn in geestelijke ontwikkeling.
Ik geef een abonnement à *f* 25,— voor 1989 (4 nummers) aan:

Voorletters: ....

Naam: ....

Adres: ....

Postcode: ....

Woonplaats: ....

Land: ....

Ik wil graag hiervoor een acceptgiro ontvangen en schrijf mijn naam en adres op de achterkant van deze kaart.

(N.b. alleen voor Benelux f 25,—, Europa f 30,—, buiten Europa f 40,—.)

Afzender en naam van schenker
abonnement 1989:

Voorletters: ....

Naam: ....

Adres: ....

Postcode: ....

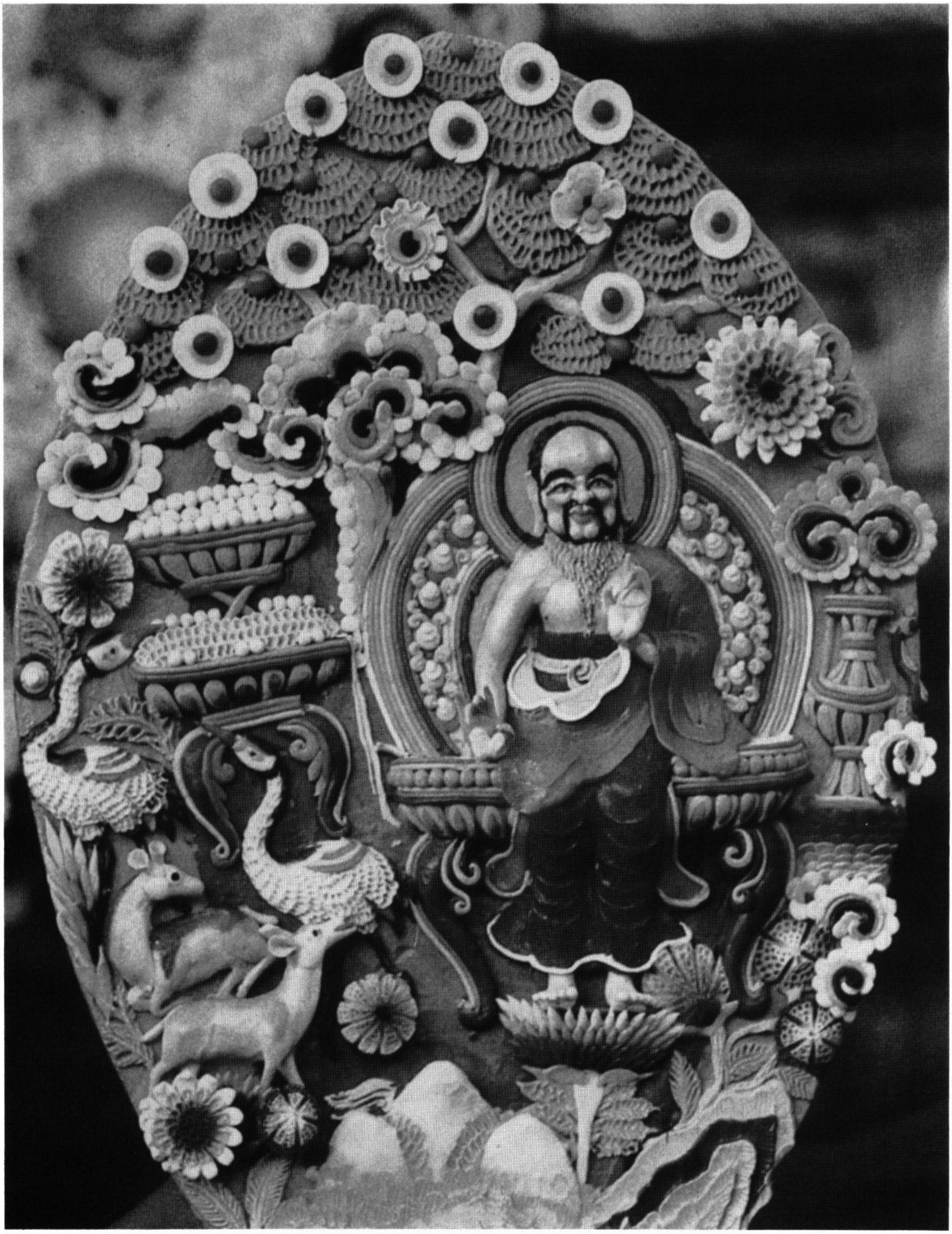
Woonplaats: ....

Datum: ....

Handtekening ....

Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA EMST

Bouwkunst in boter



BOUWKUNST IN BOTER

De eerste maand van de Tibetaanse kalender wordt als voorspoedbrengend beschouwd omdat in die maand de Boeddha zijn zes tegenstanders van de Leer versloeg. (Zie Maitreya Magazine nr. 1 1987 "De wonderbaarlijke daden van Sakyamoenie Boeddha). De vijftiende van de maand, de dag van de volle maan wordt als zeer geschikt beschouwd en speciaal gunstig voor religieuze beoefening. Tijdens het Grote Gebeds Festival worden er naast de gebruikelijke bijeenkomsten en demonstraties in debat, **na de ochtendthee, de kloosterbekenning en de ceremonie voor het herstel van de** geloften gehouden. Wat de vijftiende zo'n speciale dag maakt is het tentoonstellen van de grootse botersculpturen, wat vroeger plaatsvond in de Bakhor, de omgeving rond de Jokhang in Lhasa, Tibet. De Bakhor heeft een lengte van ongeveer 900 meter en over deze gehele lengte werden de boterwerken opgesteld. Ze werden gemaakt door alle verschillende colleges van de kloosters Drepung, Sera en Ganden, de twee Tantrische colleges, diverse kleine kloosters in Lhasa en enkele van de prominente aristocratische families.

De basis waarop het boterbouwwerk werd vervaardigd werd gemaakt van grote stukken leer welke op een houten frame werden gelijmd. De grootste botersculpturen konden wel drie verdiepingen hoog zijn. Hun basisvorm leek op die van een rituele cake (torma), waarvan verschillende uitvoeringen bestaan. De eigenlijke botersculpturen lijken op de witte boterversieringen op de rituele **cakes: grote medailles of ronde schijven welke religieuze thema's, bloemen of** draken uitbeelden en waarmee het hele oppervlak bedekt is. Veel gebruikte motieven zijn de acht voorspoedbrengende symbolen, de zeven tekenen van een universele heerser of een garuda, leeuw, tijger of draak. Ook afbeeldingen van een olifant, aap, konijn en vogel, waarbij de één op de ander staat, symbolisch voor lang leven, zijn erg populair, alsmede de acht offersubstanties.

De beroemdste boterkunstwerken werden gemaakt door het Tantrische klooster van Gyume. Acht monniken en acht assistenten vingen zo'n drie en halve maand voor het Grote Gebeds Festival aan met hun werk. Hun favoriete composities waren voorstellingen van Lama Tsong Khapa gezeten in de vadjra-houding, een paard of olifant berijdend ofwel voorstellingen van de acht **beroemdste Pandits. Er waren echter geen voorgeschreven regels en de uit**voerders werden vrijgelaten in de te maken ontwerpen welke ieder jaar weer anders waren. Uitbeeldingen van de vijf boeddha-families, de zestien Arhats in hun grotten enzovoort, werden als eenvoudig beschouwd. Mandala's zoals die van Guhyasamadja waren ingewikkelder; deze werden geheel opgebouwd uit kleine ronde stukjes boter. Die werden weer gekleurd om zo het juiste motief te verkrijgen.

In Tibet werden botersculpturen, zoals de naam al zegt, volledig en alleen van boter gemaakt, waaraan verschillende kleuren werden toegevoegd. Tegenwoordig in India worden ze gemaakt van plantaardig vet wat gemengd wordt met was in verband met het hetere klimaat. Terwijl het boterbeeld gevormd wordt, wordt de boter regelmatig in een koud waterbad gedompeld om zo de stevigheid te behouden.

De botersculpturen werden tentoongesteld vanaf de late namiddag tot middernacht op de vijftiende dag van het nieuwe jaar. Ze werden in een rij opgesteld ongeveer één meter boven de grond. Voor elk werk stond een levensgrote offergodin, ook gemaakt van boter **en vóór haar werden weer boterlampen en gekruiste wierookstokjes versierd met** bloemen en overvloedige offergaven van voedsel geplaatst.

DE POPPENSHOW

Tijdens de tentoonstelling van de botersculpturen in de Bakhor werd er in een grote houten kist een poppenkastvoorstelling gegeven. De poppen waren ongeveer vijftien centimeter groot en werden bewogen door touwtjes. De voorstelling werd opgevoerd door de monniken van de twee Tantrische colleges. De thema's waren ieder jaar weer anders en beeldden scene's uit waarbij monniken werden uitgescholden door de Tsog.chen Shel.ngo zwaaiend met zijn staf of het Nechung orakel dat in trance raakt en waarbij verschillende secretarissen de voorspellingen opschrijven.

HET BEKIJKEN VAN DE WERKEN

Bij het invallen van de nacht verzamelden zich groepen van twintig tot dertig monniken voor de verschillende botersculpturen die offergaven aanboden. Wanneer de Dalai Lama in Lhasa was en de tentoonstelling wilde bezoeken, het was meestal een kort bezoek, werd zijn aankomst luid aangekondigd door de **monniken-politie. De Dalai Lama werd voorgegaan door toorts-dragers en geëscorteerd door lijfwachten, soldaten, de** Gebeds Festival manager, alsmede hoge regeringsfunktionarissen en lama's. Vertegenwoordigers van de verschillende colleges en kloosters die botersculpturen hadden vervaardigd maakten neerbuigingen voor hem en offerden katha's. De botersculpturen werden door een jury beoordeeld en deze kende daarna de cijfers toe. Het Namgyäl College won altijd de hoogste onderscheiding, meestal gevolgd door het Tantrische Gyume College.

Hierna werd het publiek toegelaten tot ongeveer tien uur 's avonds. Er heerste altijd een opgewonden stemming en gedrang om dit spektakel te aanschouwen - waar zoveel inzet en talent voor nodig was en dat toch maar enkele uren duurde! Daarna kwamen groepen zangers van de twee dorpen aan de overkant van de Kyichu Rivier naar de Bakhor, waar zij voor de botersculpturen zangwedstrijden hielden die tot laat in de nacht duurden.

Uit: Chö Yang Volume 1 nr. 2
Vertaling: Getsul Jampel Pharchin

Tibet nieuws

Foto: Paula de Wijs

Dagboek van een Tibetreiziger

LENTE 1988 HONG KONG

Net op de televisie gezien dat er weer demonstraties werden gehouden in Lhasa waarbij negen doden vielen. De berichten zijn alleen van Chinese kant en ik twijfel of het spontaan is gebeurd of opgezet door de Chinezen zelf, als antipropaganda of zo. Ik kan wel huilen als ik het zie. Tibet inkomen wordt gewoon heel moeilijk. Lhasa heet nu 'beperkt gebied', waarvoor een speciale toestemming vereist is. Slechts voor een maand visum gekregen. Tibet is in een soort waas gehuld. Toch wel vertrouwen dat we er binnenkomen.

XINING

Toen ik hier aankwam voelde ik me heel erg triest. Na die hele lange treinreis heb ik pijn in mijn voet en zeul ik rond met die zware koffer. De nacht op het station doorbrengend met roken en half slapen, koud en rillerig en dan vechten om in de trein te komen. Half op de koffer zittend breng ik zes uur sluimerend door. Aankomst in Xining, niets weten, alleen maar verlangen naar een hotel, een plaats om alleen te zijn. Ik voel me erg ver van Lhasa en Tibet, het is dan ook nog 2000 kilometer verderop.

LHASA

Kan nu alleen nog maar huilen. De hele verschrikkelijke situatie hier, alles wat ze hier doen. En m'n eigen machteloosheid. **Wat kan ik doen? Zelfs als ik gewoon met mensen praat riskeer ik al hun** levens. Mensen ontmoeten is amper mogelijk. Er is een doeltreffend apparaat aan het werk gezet die een sfeer van (terechte) angst verspreidt. Niemand vertrouwt elkaar. Er is een beloning uitgeloofd van zes maanden salaris voor het geven van inlichtingen over mensen die stenen hebben gegooid of auto's in brand gestoken. Zoveel mensen zijn gedood, gevangen gezet of in het ziekenhuis. Iedereen mist wel iemand en het zijn meestal jonge mensen. Mensen zijn op zoek naar bekenden en als ze hen terugvinden is het meestal met gebroken armen en benen, uitgedrukte ogen en allerlei tekenen van mishandeling met electrische stokken en zo. Vaak moeten ze dan nog een enorm bedrag betalen om het lijk terug te krijgen. De situatie wordt steeds maar erger en meer gespannen. Op officieel niveau is er sprake van openlijk racisme. Er wordt gesproken over het helemaal stopzetten van het verkeer voor individuele toeristen. Tibetaanse hotels gaan misschien dicht. De voornaamste reden is het contact tussen Tibetanen en westerlingen te verminderen. In zo'n situatie ga je goed om je heen kijken, vertrouw je niet elk nieuw gezicht, let je op voetstappen in de gang en op de mensen in de kamers naast je. De sfeer is zo anders, je kunt het niet zien maar wel voelen. Zichtbaar zijn de biddende mensen, de nomaden. In de Jokhang zijn de geur en de geluiden hetzelfde, maar gaat achter elk gebed, elke glimlach zoveel verdriet, ellende en pijn verscholen. Ieder contact via een glimlach maakt dat ik me verantwoordelijk voel voor hun lot. Aan de oppervlakte lijkt alles mooi, maar daaronder wordt het elke dag steeds strikter, meer martelingen en arrestaties. Wagens met gewapende soldaten gaan elke dag door de straten. Politie en burgerlijk bestuur hebben niets meer te vertellen, het leger regelt alles. In de tempels zijn partijkaders en leger permanent geïnstalleerd en controleren alles met walkie talkies en zijn meestal in burger. Iedereen is zo bang en als ik contact heb met iemand kan die persoon daarvoor opgepakt worden. Het gaat zelfs zover dat het invloed heeft op de buitenlanders die hier zijn. Als iemand door het Public Security Bureau (PSB) wordt ondervraagd zijn alle mensen die met hem/haar in contact zijn geweest verdacht. Relaties met buitenlandse vrienden kunnen niet normaal zijn. Gisteren zou ik een vriend ontmoeten.

Ik ging door een klein straatje naar het huis waar we hadden afgesproken. Daar wachtte O. op mij, ze wees met haar vinger naar een klein jongetje, dat ik volgde tot aan de andere kant van Lhasa. Racisme en geweld worden door politie en leger openlijk uitgeoefend. Daar mee te leven en mee om te gaan is zo eng, zo moeilijk. Soms denk ik 'verdomme', ik wil gewoon eerlijk kunnen zijn en zeggen wat ik denk. Maar het mag niet. Het is spelen met mensenlevens. De meest normale vraag van een Tibetaan "waar ga je heen" klinkt nu anders. De lucht is zo blauw, de zon heet en de gebedsvlaggen wapperen overal. Zo mooi. Ik voel een kracht, een onverklaarbaar mooi positief gevoel voor Tibet, recht tegen alle onmenselijkheid in en daar wil ik op vertrouwen.

De laatse dagen zijn ongelooflijk emotioneel, gevaarlijk en ook heel mooi geweest. Huilen met Tibetanen, opgekropte emoties en wanhoop die eventjes kunnen worden geuit. Erg riskant. Risico's nemen voor anderen. Hotel vol politie. PSB, allemaal in burger. Buiten loop ik nog vrolijk de toerist uit te hangen. Oh, het is zo erg veel. Situatie verslechtert, steeds meer spanning en wanhoop. Gevangenissen zijn overvol. Men zegt dat er binnenkort Tibetanen naar Amdo getransporteerd gaan worden. Niemand weet precies wie en wat, alles is geheim. Elke dag arriveert er meer leger en elke dag rijden er trucks met gewapende soldaten door Lhasa. Zoveel indrukken en zo intens samenzijn, samenvoelen met de Tibetanen hier.

Er is een nieuwe hotelpolitiek, de prijzen omhoog, iedereen in een groep met een gids, voor veel geld inclusief alles, behalve vrijheid. We zijn hier met een

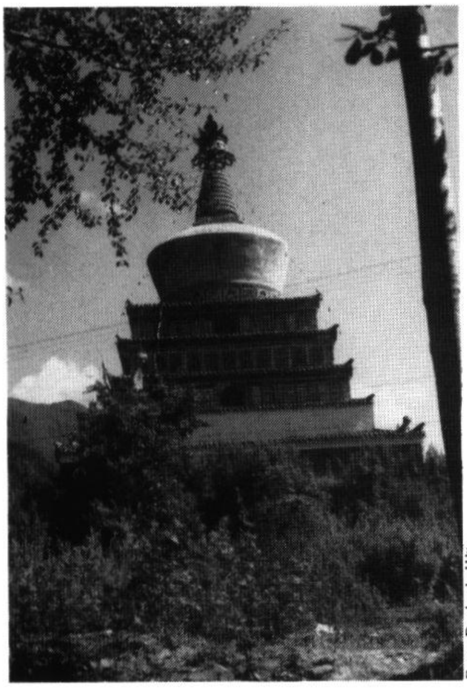


Foto: Paula de Wijs

handjevol individuele toeristen, ik weet niet wat er gaat gebeuren. Er moeten hier mensen zijn om te kunnen getuigen. Van een aantal toeristen zijn hun kamers doorzocht, dagboeken gepakt en vertaald, films ontwikkeld.

Vandaag ben ik door een hond gebeten in beide benen. De bezorgde Tibetanen zeggen dat het een gunstig teken is. Gisteren werd een kennis van me een beetje gek van al die spanning hier. Hij liep zich af te vragen hoe hij zich na zo'n korte tijd al zo beroerd kan voelen, terwijl de Tibetanen het hier al dertig jaar uithouden onder het Chinese juk.

Soms heb ik teveel tijd om te denken, er zijn teveel vragen en geen antwoorden. Bevind ik me in een situatie waarover zoveel te voelen en te denken valt. Dat ik hier nu ben en wat ik daarmee kan en moet doen. Ook het idee dat alles voortdurend verandert. Nu heb ik tijd, geld en vrijheid en bevind me temidden van hen die arm en onvrij zijn. Met het oog op de toekomst van Tibet is het een hoopgevend idee dat alles verandert. Slechter dan het nu is kan het niet worden. Zoveel sterke mensen zijn nu gedeprimeerd, de laatste krachten lijken te worden weggezogen. Jonge en oude mensen vluchten in drank en zijn de hele dag dronken. Er is overal muziek. Chinese en Hindi muziek schalt uit de luidsprekers van de theehuizen. Grote Khampa's praten over hoe de politie hun ras haat en knippen uit angst hun haar af. Daarnaast altijd die andere kant, het handel drijven en bidden rond de Bakhor. De meeste loslopende toeristen moeten weg. Alleen groepen met een gids komen nog het land binnen en lopen een paar uurtjes rond de Bakhor.

In een kleine tempel vlakbij de Jokhang werden na de onlusten gebeden gehouden. Zoveel mensen, binnen en buiten die hun mantra's zeggen en gebedsmolens laten draaien. Uren zitten ze er hun mantra's te tellen. Om alle doden te begeleiden en voor de hele situatie met alle gevangenen. Zoveel mensen missen een zoon of een dochter of ander familielid, bidden is het enige wat ze nog kunnen doen. De Chinezen hebben dit als een 'politieke gebeurtenis' veroordeeld. Mensen die alleen maar bidden. Godsdienstvrijheid?

Nu sneeuwt het hier, het is koud. Aan de oppervlakte wordt het wat ontspannender, maar eronder is alles in een waas gehuld. Er komt geen nieuws naar buiten. Er gebeurt weer veel. Elke dag lijkt zo rustig, zo kalm en gaat zo snel voorbij. Rond de Bakhor lopen verveelt nooit.

Ik heb hier goede vrienden, maar als ik een relatie zou willen is het niet iets tussen twee mensen alleen. Zelfs een relatie wordt politiek. Er zit een man in de gevangenis omdat hij een relatie had met een westerse vrouw. Andere toeristen zijn door de petten ondervraagd over hun relaties met Tibetanen. Gisteren weer een demonstratie van nonnen voor de vrijlating van politieke gevangenen die sinds oktober vastzitten. Weer gearresteerd.

GYANTSE/SHIGATSE

In Lhasa is het altijd vreselijk politiek, bewust, spanningen, elk woord wat je zegt en tegen wie weegt mee. Je speelt soms met levens. Altijd die spanning om je heen. Hier is het anders. Er zijn andere problemen. Overlevingsproblemen in de dorpen. Shigatse lijkt wel de stad van de Panchen Lama en veel mensen werken voor hem en hebben contact met hem. Hoorde hier dat er gisteren weer een opstand was in Lhasa. Men weet niet of er veel of weinig mensen bij betrokken waren. De meeste individuele toeristen zijn nu weg. De politie heeft opdracht geen verlengingen meer te geven. Er lopen veel groepen met een Chinese gids rond. Militairen oefenen hier vaak Kung Fu gevechtssport. Er rijden veel trucks met soldaten. Ik begrijp niet dat dit systeem werkt of juist heel goed dat het werkt. Niemand doet iets en niemand wil verantwoordelijkheid nemen voor een beslissing. Dus neemt niemand een besluit. Iedereen controleert iedereen en niemand doet iets. Alles wordt naar boven verwezen en zo kunnen een paar mensen in Peking alles beslissen. Het elkaar in de gaten houden gaat te ver. Tot in elke privehandeling. Het is niet te geloven. En andersom, als er iets gedaan moet worden, bijvoorbeeld werk, dan

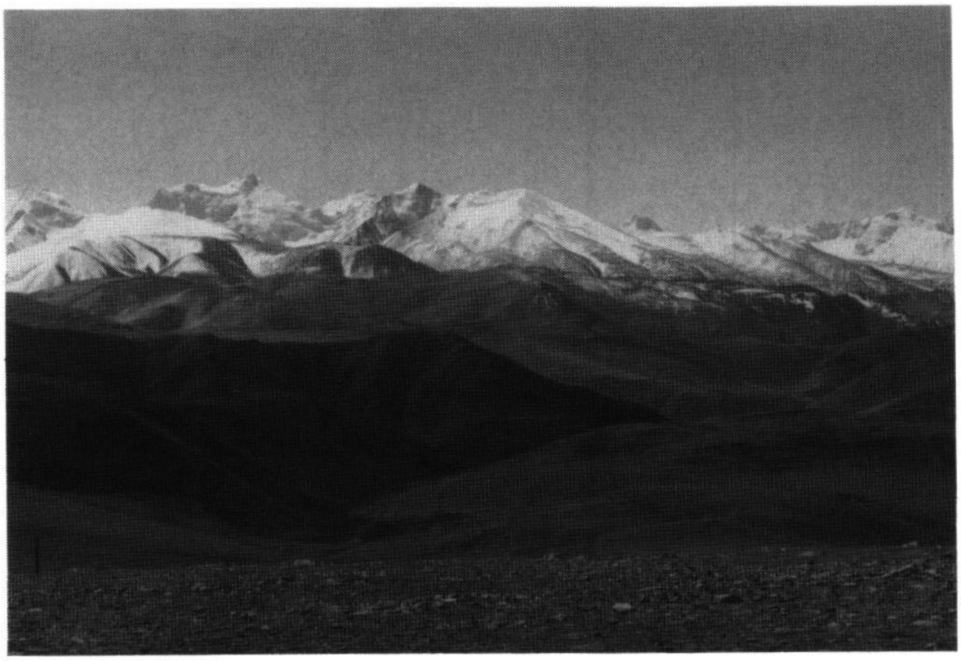


Foto: Paula de Wijs

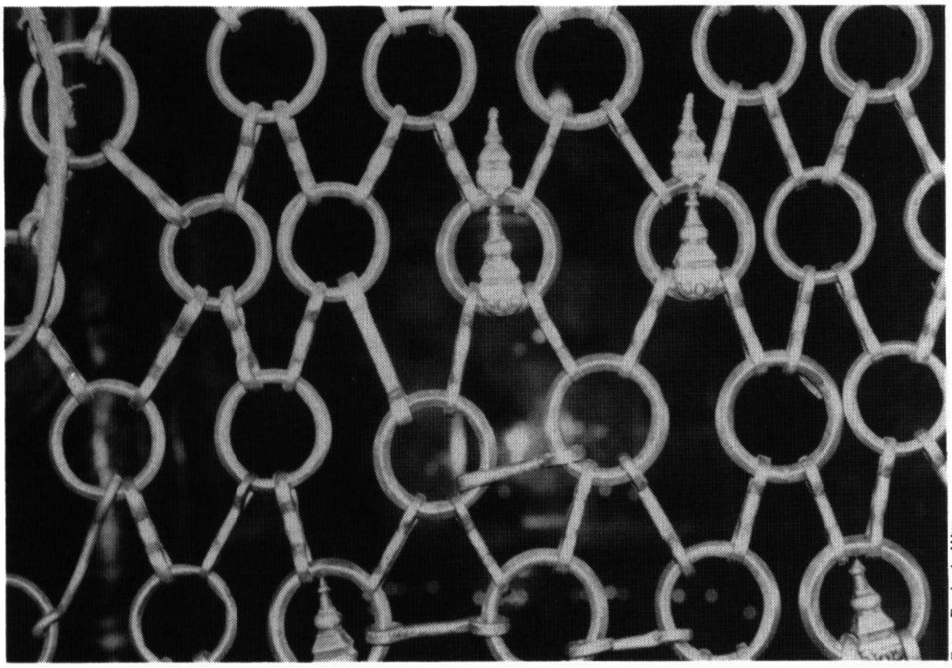


Foto: Paula de Wijs

komen de orders van boven naar beneden tot in het absurde. Als je het nieuws ziet op de televisie zie je alleen maar vette koppen in vergaderingen. Eindeloze vergaderingen waarin eindeloos wordt gesproken over alles, mijn God, het is soms echt teveel. En de beslissingen zijn toch al genomen.

Soms praten we over religie. Soms vertelt hij verhalen over de politieke situatie. Hij heeft ook altijd angst om met een westerling gezien te worden. Ik zou graag zijn familie leren kennen maar dat kan weer niet uit angst voor de politie. Veel politie en leger hier. 's Ochtends groepjes gewapende soldaten die lachend door de straten lopen, zich vervelen en schieten op vogels. De gevoelens van de mensen in Shigatse zijn verdeeld. Sommigen zijn kwaad op de mensen in Lhasa omdat ze bang zijn dat de politiek weer strikter wordt en omdat ze vinden dat het nu in vergelijking met een paar jaar geleden nog niet zo slecht is. Er is wat eten, wat vrijheid. Anderen zijn het weer heel erg eens met de mensen in Lhasa maar denken via bestaande systemen meer te kunnen doen. Ze zijn ook te bang omdat er niet zoveel Tibetanen in Shigatse zijn en er te veel leger en politie is. "We maken geen kans."

Soms is alles als een droom. Ik ben verliefd geworden. Het is verwarrend. Ik moet allerlei smoezen bedenken om hem te kunnen zien en altijd een verhaal klaar hebben. Ik zie nu scherp dat het niet mogelijk is je gevoelens te laten blijken onder dit systeem en er valt trouwens helemaal niets mee te doen want je hoeft niet te denken aan trouwen. Trouwen met een Tibetaan en hier blijven betekent een Chinees worden onder dit systeem in Tibet met alle nadelen. Geen vrijheid meer en de risico's van elke Tibetaan krijgen. Benauwende gedachten, doodeng. Wat dan? Hem het land uit zien te krijgen en trouwen in mijn eigen land? Nee wat moet iemand daar? Taal, werk, etc., en in Tibet zijn mensen zoals hij juist heel hard nodig.

Op de scholen en universiteiten wordt erg weinig geleerd over het boeddhisme en astrologie, terwijl dat toch de essentiële onderwerpen zijn. Er wordt maximaal drie jaar les gegeven over Tibetaanse Geneeskunde en in die korte periode is het nauwelijks mogelijk iets te leren. Deze 'dokters' weten weinig en zijn vaak slecht of niet gemotiveerd. Zeker als ze uit de steden worden weggestuurd proberen ze vaak een beter betaalde overheidsbaan te krijgen. Een aantal mensen die als Tibetaanse arts werken zijn thuis opgeleid door ouders en bekenden. Oude artsen zijn er nog maar weinig in Tibet en ze proberen zoveel mogelijk hun kennis door te geven voor ze sterven, maar hebben daartoe bijna geen mogelijkheden of vrijheid. Volgens hen is de driejarige opleiding alleen maar een 'show', de essentie van het traditionele Tibetaanse systeem van geneeskunde wordt binnen Tibet niet meer geleerd.

Er zijn bijna geen echte Tibetaanse dingen meer in Tibet. Je vindt er geen menslievende, goed getrainde, gemotiveerde oudere Tibetaanse artsen, die vaak alleen werken omdat ze anderen willen helpen. De enige mogelijkheid om geneeskunde te studeren is in Lhasa, in Shigatse is niets. Geschikte kinderen worden na vijf jaar basisschool en drie jaar vervolgopleiding geselecteerd en naar een speciale school voor Tibetaanse medicijnen gestuurd. Na drie jaar opleiding beslist de overheid in welk districtsziekenhuis de artsen komen te werken, er is geen vrije keuze. Voor nomadenkinderen is er geen kans een opleiding te volgen voor Tibetaanse arts omdat er in de gebieden waar ze wonen niets meer is dan een basisschool.

Ik geloof niet in een vasthouden aan een onveranderd Tibet maar de waarden van zijn cultuur en religie zijn zo belangrijk. Dit land is zo mooi en zo speciaal en je voelt het altijd als je hier bent.

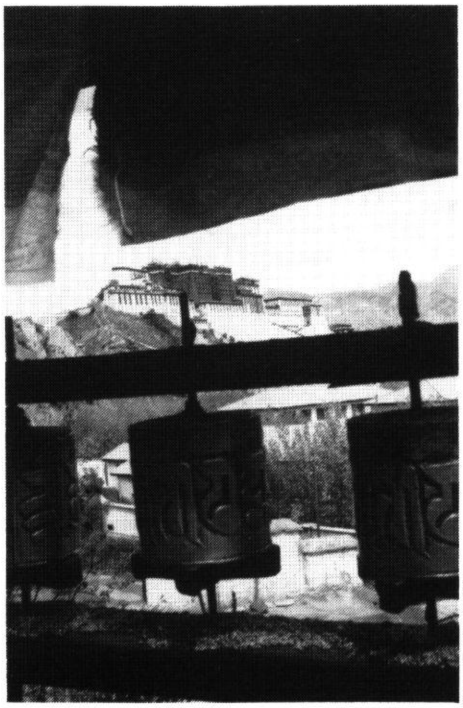


Foto: Paula de Wijs

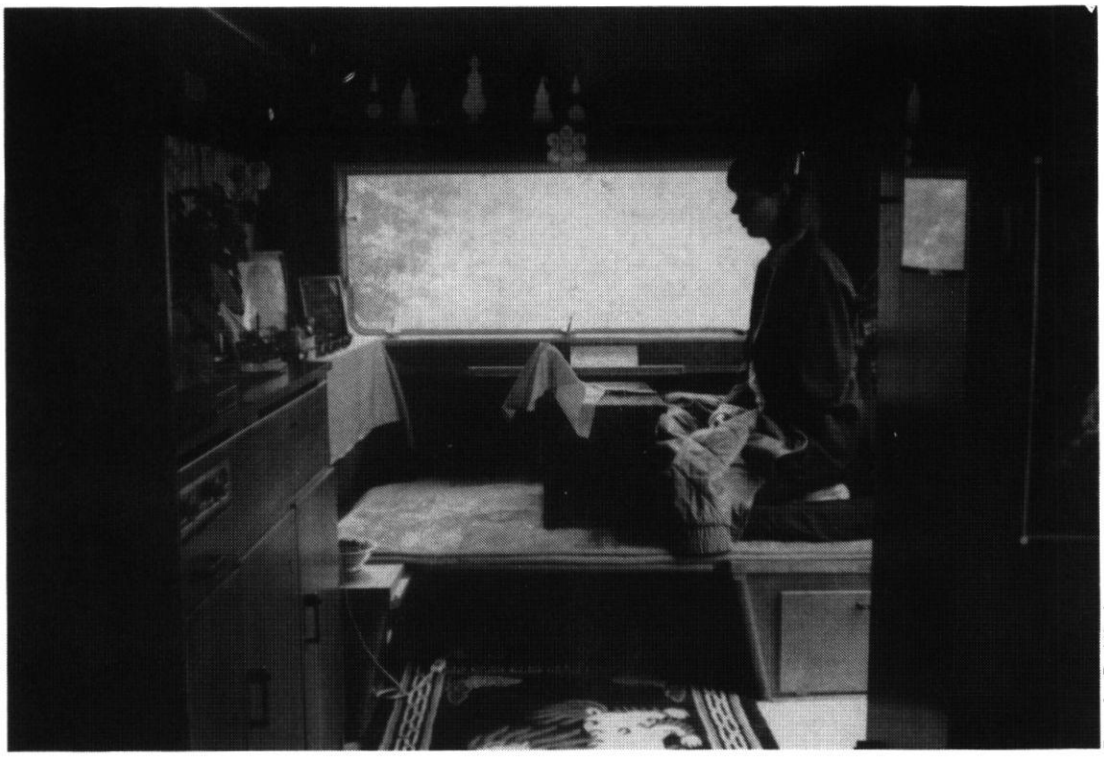


Foto: Jan-Paul Kool

Retraite

NUT, DOEL EN MOGELIJKHEDEN IN HET MAITREYA INSTITUUT

Dat het belangrijk is je terug te trekken uit alledaagse, wereldse beslommeringen om diepere meditatie te kunnen ervaren, weet inmiddels iedereen die wel eens probeert thuis te mediteren. Niet-begrijpende buren of kennissen blijken steeds weer op het verkeerde moment langs te komen en het overweldigende aanbod van konsumptief en daarom gemakkelijk vermaak weet steeds weer vat te krijgen, ondanks de diepere wetenschap dat het oh zo nutteloos is.

Dat het mogelijk is voor "gewone" Nederlanders een tijdje te ontsnappen uit die dagelijkse kringloop, door een retraite te doen in een daartoe geschikt gemaakt kamertje of caravan temidden van 5 ha. eigen bos in Emst, weet bijna niemand.

Toch heeft het inmiddels met drie man uitgebreide bestuur van de Stichting Maitreya Instituut in overleg met het hoofd van de internationale Federatie voor het Preserveren van de Mahayana Traditie, Lama Thubten Zopa Rinpochee, definitief besloten dat het centrum in Emst nog meer het karakter van een retraite- en studiecentrum zal krijgen en dat de monnikengemeenschap in de nabije toekomst een boeddhistisch klooster zal starten op hetzelfde terrein.

Al vele eeuwen lang kennen we in elke wereldreligie de kloostertraditie. Een soort doorlopende retraite, waarbij de banden met de wereld bewust tot een minimum worden beperkt om tijd, energie en aandacht maximaal op geestelijke ontwikkeling en hogere spiritualiteit te kunnen richten. Zo leeft de katholieke kloosterling een teruggetrokken en ingetogen leven om in de stilte van de eigen geest de diepe stilte van het goddelijke te ervaren.

Het boeddhisme formuleert dit in heldere begrippen. Om je te leren identificeren met de zuivere (boeddha)natuur van je eigen subtiele, mentale bewustzijn, moet het grovere, zintuigelijke bewustzijn (oog, oor, neus, tong en lichaamsbewustzijn) worden gestopt. Interaktie met zintuiglijke objekten wordt daarom tot een minimum beperkt en de aandacht wordt in plaats van naar buiten, naar binnen gericht. Het zo vrijwillig gekozen isolement dient ervoor een diepere contemplatieve staat van bewustzijn langere tijd te kunnen handhaven en te kunnen verdiepen.

Volgens alle boeddhistische teksten en meesters is het voor het ontwikkelen van éénpuntige koncentratie van groot belang dat men een afgelegen, stille plaats bewoont, waar alle kontakt met de buitenwereld tot een minimum wordt beperkt en voor zover nodig altijd plaats vindt via een retraite-assistent. Zo wordt voorkomen dat zich situaties voordoen waar bij de retraitant zijn/haar aandacht verplaatst naar andere objekten dan het meditatie- of koncentratie-objekt.

Om na het ontvangen van een initiatie en onderricht in een specifieke tantrische mandala, dichter te komen bij een specifieke boeddhavorm (deity) en daarmee tot de intuïtieve wijsheid van gelukzaligheid en leegte, waarvan die boeddhavorm een reflektie is, mediteert de tantrica in retraite's variërend in tijdsduur van tien dagen tot drie jaar, drie halve maanden en drie dagen.

Regelmatig retraite doen is nog belangrijker voor leken, dus niet-kloosterlingen, dan voor de monniken en nonnen die voortdurend in retraite horen te leven. Hoewel het natuurlijk ook mogelijk is thuis te mediteren en het voor een gerealiseerde meester zelfs mogelijk is op een drukke, lawaaierige marktplaats zijn beoefeningen te doen, wordt de niet-meester aangeraden zich terug te trekken op een beter geschikte en gezegende plaats om zo meer diepgang te krijgen.

Het Maitreya Instituut wil dan ook aan iedereen de mogelijkheid bieden de Leer te verinnerlijken en meditatiemethoden te ervaren in retraites. We houden daartoe enige malen per jaar een groepsretraite over een bepaald onderdeel van de Leer. Zo hielden we in mei een Yamantaka retraite en hebben we voor december een Lam.Rim retraite gepland. Mochten je interesse of mogelijkheden niet aansluiten bij de groepsretraite's, dan kun je individueel retraite doen in een van de daartoe ingerichte kamertjes of caravans. Als je dat wilt kun je zelfs een programmaatje voor de invulling van de dagen opstellen met medewerking van een van de monniken.

Inlichtingen over mogelijkheden, kosten en andere info is telefonisch te bevragen bij de manager van het Maitreya Instituut, Jan-Paul Kool, tijdens kantooruren, behalve op maandag!

Tibetaanse Geneeskunde

De ontwikkeling van de Tibetaanse Geneeskunde begon meer dan 3000 jaar geleden. De oorspronkelijke bewoners van Tibet hadden door ervaring reeds verschillende middelen en therapeutische technieken om ziekten te bestrijden.

Dit blijkt onder meer uit de oude teksten van de Bonpo, de pre-boeddhistische religie van Tibet.

Ongeveer 2500 jaar geleden werd door Boeddha Sakyamoenie de 'Ghyu-shi' in India onderwezen. Deze worden de Vier Tantra's genoemd en bevatten de kennis over oorzaak, symptomen en behandeling van alle ziekten. Deze zeer belangrijke teksten die later uit het Sanskriet in het Tibetaans vertaald zijn vormen de basis voor de huidige Tibetaanse Geneeskunde.

Omstreeks het jaar 700 werd het boeddhisme vanuit India in Tibet geïntroduceerd en daarmee werd daar ook de Indiase Ayurveda-traditie bekend. Een beroemde Tibetaanse arts, Yonten Gonpo, nodigde in diezelfde periode artsen uit Nepal, Perzië en andere landen uit om naar Tibet te komen. De Chinese traditionele geneeskunde was in Tibet al bekend en al deze verschillende behandelingsmethoden werden in de oorspronkelijke Tibetaanse methode geïntegreerd.

De Tibetaanse Geneeskunde is onlosmakelijk verbonden met het Tibetaans boeddhisme. Zonder een diepgaande kennis van het boeddhisme is het bijna onmogelijk om de Tibetaanse Geneeskunde goed te doorgronden. Veel adviezen van artsen aan hun patiënten zijn gebaseerd op deze spirituele achtergrond. In de Tibetaanse Geneeskunde wordt de aandacht voornamelijk gericht op de handhaving van het evenwicht tussen drie faktoren, namelijk de levensstroom, de levensenergie en de levenskracht (deze worden ook wel met wind, gal en slijm, benoemd). De geringste verstoring in dit evenwicht veroorzaakt al ziekte.

Nog maar weinig mensen in Nederland zijn zich bewust van de mogelijkheden van de Tibetaanse Geneeskunde. Het blijkt dat Tibetaanse artsen voor een aantal ziekten die hier moeilijk te behandelen zijn, goede medicijnen hebben. Er zijn helaas een aantal ziekten die door Nederlandse noch Tibetaanse artsen effektief te behandelen zijn.

Het wetenschappelijk onderzoek naar de effekten en werking van Tibetaanse medicijnen vindt op het moment voornamelijk in Amerika en Zwitserland plaats. Wij hopen in de toekomst ook in Nederland meer op dit gebied te kunnen doen.

Als men een Tibetaanse arts konsulteert zal deze in de meeste gevallen een polsdiagnose stellen. Soms wordt de urine onderzocht, worden vragen gesteld en wordt lichamelijk onderzoek uitgevoerd. De behandeling kan bestaan uit aanwijzingen voor levenswijze, dieet en medicijnen. Soms worden energie-centra gestimuleerd door behandelingen met moxa of acupunctuur.

De medicijnen bestaan allen uit natuurlijke bestanddelen, waarvan het merendeel geneeskrachtige kruiden zijn. Er worden echter ook edelstenen en (edel)metalen - zo nodig ontgift - gebruikt. Er zijn ook bijzondere pillen met een extra sterke werking de 'precious pills'. Ze zijn verpakt in een zijden zakje met een regenboogkleurig koordje eromheen.

De adviezen voor dieet en levenswijze vormen een essentieel onderdeel van de behandeling door een Tibetaanse arts. Bij een bepaald klachtenpatroon kan aangeraden worden om specifieke voedingsmiddelen minder of juist meer te gebruiken. Tibetaanse medicijnen hebben geen ongewenste bijverschijnselen. Wel kunnen er soms co-effekten optreden. Dit zijn effekten die het gevolg zijn van het genezingsproces.

De opleiding tot Tibetaans arts begint met het uit het hoofd leren van de medische teksten. Daarna volgt de plantenleer. De student moet weten waar hij bepaalde geneeskrachtige planten kan vinden, wanneer hij ze moet plukken en wat de medicinale waarde van de verschillende delen (bloem, blad, wortel, stengel etc.) is.

In het oude Tibet duurde de theoretische opleiding zeven jaar, gevolgd door drie praktijkjaren. Aan het tegenwoordige Tibetan Medical Institute in India duurt de gehele opleiding zeven jaar.

In het eerte praktijkjaar moet de student circa 100 verschillende 'polsen' leren voelen. In het tweede praktijkjaar leert de student welke invloed stoornissen in het evenwicht tussen wind, gal en slijm op de 'pols' hebben. Pas in het derde praktijkjaar leert hij door middel van polsdiagnose het ziektebeeld vast te stellen. Aan het Tibetan Medical Institute te Dharamsala in India zijn inmiddels meer dan dertig jonge artsen opgeleid en afgestudeerd.

DE NEDERLANDSE STICHTING TER BEVORDERING VAN DE TIBETAANSE GENEESKUNDE

In de afgelopen jaren hebben verschillende Tibetaanse artsen Nederland bezocht, veelal op uitnodiging van Tibetaans boeddhistische groeperingen als ook op persoonlijke uitnodiging. Het is hierbij gebleken dat veel belangstelling voor de Tibetaanse Geneeskunde in Nederland bestaat. Dit is aanleiding geweest om een stichting op te richten met als doelstelling: 'De bevordering van de Tibetaanse Geneeskunde in Nederland'. De stichting i.o. (NSTG) die verschillende disciplines herbergt, wil als intermediair fungeren voor Nederlandse en internationale samenwerking op dit terrein. Haar specifieke activiteiten zullen ondermeer bestaan uit:

- Informatie geven over Tibetaanse Geneeskunde.
- Coördineren en regelen van bezoeken van Tibetaanse artsen aan Nederland.
- Begeleiden van cliënten die Tibetaanse artsen bezoeken en Tibetaanse medicijnen willen gaan gebruiken (bijvoorbeeld uitleg over wat men kan verwachten bij een konsult; hulp indien men weinig of geen Engels spreekt; assistentie bij het bestellen van medicijnen etc.).
- Verzamelen van ziektegeschiedenissen van patienten die Tibetaanse medicijnen gebruiken, ter bevordering van het internationale wetenschappelijk onderzoek.
- Het bevorderen van wetenschappelijk onderzoek in Nederland.
- Een archief aanleggen van alle beschikbare literatuur over Tibetaanse Geneeskunde.

Van 24 september tot 6 oktober brengt Dr. Wangyal een bezoek aan ons land. Voor ernstige zieken zijn er nog een beperkt aantal consulten mogelijk. Van ± 20 november tot 20 december zal Dr. Tamdin komen. Voor een consult kunnen belangstellenden zich in verbinding stellen met het secretariaat van de N.S.T.G.,
Eastonstraat 52, 1068 JA Amsterdam, Tel. 020-193436.

De CPMT vergadering 1988

Van 16 tot 21 juli werd de jaarlijkse bijeenkomst van de 'Council' van de 'Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition', ditmaal gehouden in ons zustercentrum Vadjra Yogini in Lavaur, Frankrijk. De 'Council' bestaat uit alle directeuren of hun vertegenwoordigers van de Dharma centra die aangesloten zijn bij deze organisatie, die onder leiding staat van Lama Thubten Zopa Rinpochee, beter bekend onder de initialen de 'FPMT'.

Als afgevaardigden van het Maitreya Instituut waren aanwezig de penningmeester Jan-Paul Kool en de secretaris Margot Kool-Stumpel. Naast de boeiende en leerzame ontmoeting met 27 directeuren die 37 centra vertegenwoordigden uit de hele wereld werd tevens van de gelegenheid gebruik gemaakt een twee uur durend gesprek te hebben met Lama Zopa Rinpochee over de ontwikkelingen binnen het Maitreya Instituut.

Roy Fraser, directeur van het Mahamudra Centre uit Nieuw Zeeland was aangezocht om de vergaderingen te leiden. Roy was als afgevaardigde van twee centra in Nieuw Zeeland en vijf centra in Australië naar de vergadering gekomen en gebruikte deze gelegenheid bekwaam om de ervaring die hij had opgegaan door deel te nemen aan de regionale vergaderingen van de FPMT Australië en Nieuw Zeeland, te delen tijdens deze gelegenheid.

De noodzaak om meer en beter samen te werken op een regionaal niveau werd gedurende de vergadering verschillende keren zo duidelijk dat de centra in Azië en Noord-Amerika geinspireerd werden om samen te komen teneinde hun betere samenwerking regionaal te coördineren. Dit lijkt een positieve ontwikkeling omdat sommige problemen die naar boven kwamen alleen relevant zijn voor een bepaald deel van de wereld. Daarnaast is het moeilijk om enig onderwerp ten volle te behandelen als er zo'n grote groep aanwezig is die tezamen zoveel verschillende aspecten en activiteiten hebben. Toch zijn er veel voorstellen gedaan en aangenomen.

Op het gebied van het Dharma onderwijs presenteerde Gelong Thubten Pende, manager van het Nalanda klooster in Frankrijk, een inspirerende samenvatting van de ontwikkeling van het onderwijs binnen de FPMT: eerst vanuit zijn ervaring van vier jaar Geshe studie aan het Manjushri Instituut in Cumbria, Engeland, gevolgd door zeven jaar studie aan het Nalanda klooster. Non Connie Miller legde daarna uit dat Lama Yeshe's plannen, die besproken waren met Geshe Jampa Gyatso en George Churinoff, voor een zeven-jarig Meester studie programma, in alle centra die er rijp voor zijn, kan worden uitgevoerd. Ook het Matreya Instituut zal in november deelnemen aan een Europese vergadering van de FPMT waarbij dit aspect van Dharma onderwijs verder zal worden uitgediept en bekeken zal worden hoe dit programma ook in Nederland zal kunnen worden uitgevoerd.

Het algemene gevoelen was dat de aanwezigheid van een sterke Sangha gemeenschap cruciaal is voor de verdere ontwikkeling van de FPMT. Dit leidde ertoe dat er een motie werd aangenomen waarbij elk centrum zich verplichtte voor $ 10,— per maand deel te nemen in een Sangha fonds voor monniken en voor $ 10,— per maand in een Sangha fonds voor nonnen. Ook het verlenen van korting door centra aan Sangha die in centra verblijven werd afgesproken.

Piero Cerri introduceerde een ambitieus programma voor de volgende 'Enligtened Experience Celebration 1989/1990'. Het hoogtepunt van deze gebeurtenis zal een Kalachakra initiatie zijn die gegeven zal worden door Zijne Heiligheid de Dalai Lama op het formele verzoek van de FPMT. De centra directeuren bespraken verschillende manieren waarop ze konden helpen met de publiciteit en de fondsenwerving voor dit programma dat in India zal worden gehouden.

Verder werd ook enige tijd besteed aan het FPMT-handboek, een gids die wordt samengesteld met daarin beleid, principes en algemene handleidingen voor het organiseren van een FPMT-centrum.

Gedurende de vergaderingen werden de directeuren uitgenodigd door Gelong Thubten Pende voor een lunch in het tien kilometer verderop gelegen Nalanda klooster en tijdens een rondleiding werden plannen voor de toekomst onthuld. Iedereen was onder de indruk.

Lama Zopa Rinpochee nam verschillende middagen deel aan de vergaderingen en het was fantastisch om Lama Tenzin Ösel Rinpochee weer te ontmoeten en zijn zegeningen te ontvangen. Margot speelde een hele middag met hem en was in de wolken.

Aan het eind van de vergaderingen gaf Lama Zopa Rinpochee raad aan de centra directeuren en benadrukte hij het belang van hun werk.

GESPREK MET LAMA ZOPA RINPOCHEE

Margot en Jan-Paul waren zo fortuinlijk om voor het aangevraagde gesprek met Rinpochee uitgenodigd te worden voor een lunch met hem. Er waren een aantal belangrijke punten te bespreken die alleen door Rinpochee konden worden behandeld. Al twee jaar zijn we bezig geweest verschillende namen voor te dragen aan Rinpochee teneinde tot een verantwoorde uitbreiding te komen van het bestuur. Dat is er ditmaal dan ook van gekomen.

Het bestuur dat sinds de oprichting van het Maitreya Instituut bestaat uit Paula de Wijs-Koolkin, voorzitter, Margot Kool-Stumpel, secretaris en Jan-Paul Kool, penningmeester, is nu in één klap uitgebreid met nog eens drie mensen. De nieuwe leden van het bestuur zijn: Gelong Marcel Bertels, mevrouw Lan Tjoa en de heer Rein Kaales. Het oude bestuur zal als dagelijks bestuur blijven functioneren, maar nu voor belangrijke beslissingen gesteund worden door bekwame mensen.

Een ander punt dat werd besproken was dat er sinds de aankoop van het centrum in Emst door Rinpochee observaties waren gedaan die aangaven dat er binnen drie jaar problemen zouden ontstaan die het voortbestaan van het Mai-

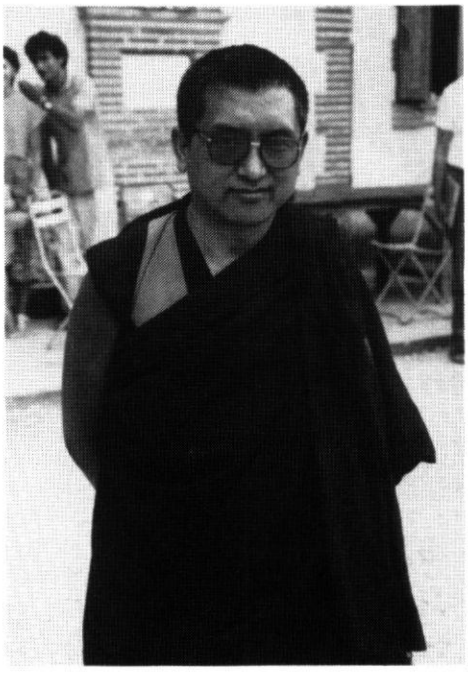


Foto: Jan-Paul Kool

treya Instituut in groot gevaar zouden brengen. Dit gegeven was aan het bestuur al bekend direct na de aankoop, maar omtrent de aard van die problemen verkregen we tot dit gesprek geen duidelijkheid. Wel hadden we reeds het advies opgevolgd van Rinpochee om de bezoekende lama's van het Gaden klooster, die ons land bezochten voor het Mandala Project in het Museon, uitgebreide ingewikkelde poedja's te verzoeken te doen, teneinde de obstakels die op het terrein aanwezig waren te verwijderen. Dat was inmiddels volgens Rinpochee goed gelukt maar na vele observaties gedaan te hebben kwam er uit, dat als we niet binnenkort een stadscentrum beginnen, er over een jaar of drie door verschillende oorzaken mensen weg zullen gaan uit het centrum in Emst waardoor de continuïteit van het centrum in gevaar zal komen. Dit zou niet te wijten zijn aan de leiding van het centrum of door onenigheid tussen de bewoners en/of studenten, maar meer betrekking hebben op de persoonlijke situatie van individuele bewoners van het centrum.

Nu had Rinpochee ons ook twee jaar geleden tijdens zijn bezoek aan ons centrum al gezegd dat het goed zou zijn een stadscentrum te beginnen, maar toen had hij ook gezegd dat het tijd werd om te gaan verhuizen en ditmaal eigen bezit te vormen door een centrum te kopen. En we kunnen niet alles tegelijk.

Ons idee is nu dat door het beginnen van een stadscentrum, en o.a. Den Haag kwam als mogelijke vestigingsplaats het beste uit de bus, er zoveel nieuwe energie ten behoeve van de Dharma loskomt dat daardoor het centrum in Emst verzekerd zal blijven van enthousiaste medewerkers die het studie- en meditatiecentrum kunnen runnen en voldoende studenten die de kursussen blijven bezoeken.

Tijdens het gesprek kwam Lama Tenzin Ösel Rinpochee binnen en vroeg ons of we met hem kwamen spelen. Het liefst waren we natuurlijk direct op zijn verzoek ingegaan maar ons gesprek met Rinpochee en de lunch waren nog niet ten einde en de CPMT vergadering inmiddels al weer begonnen.

Gelukkig lukte het Margot enige dagen later een hele middag met hem te spelen en moet Jan-Paul het nog maar even tegoed houden. Hoewel, die heeft in verband met een nieuwe folder voor de

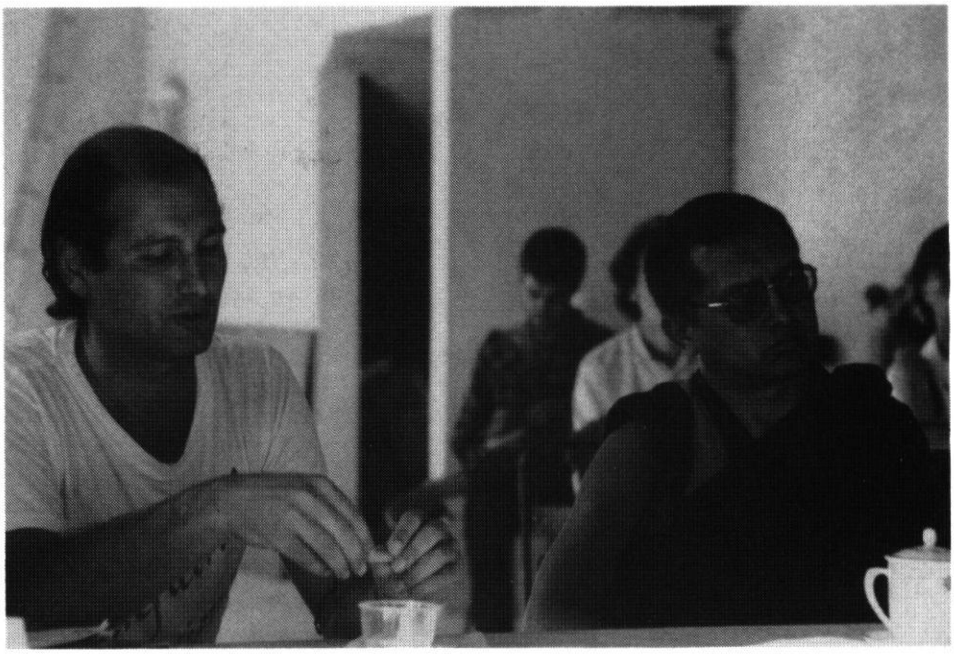


Foto: Jan-Paul Kool

Foto: Paula de Wijs

Foto: Jan-Paul Kool

FPMT, toch wel de kans gekregen een fotosessie met Lama Zopa en Lama Ösel te houden.

LAMA THUBTEN ZOPA RINPOCHEE'S TOESPRAAK

Het was een heel goede vergadering, alle verschillende gezichtspunten kwamen aan de orde. De kern van mijn advies is dat als iets een Dharma-handeling is, zelfs al is de motivatie gekleurd door wereldse dharma's, het gedaan wordt om de leringen van Boeddha te verspreiden, en dat er dan toch ongelooflijke voordelen zijn voor dit en toekomstige levens.

Mijn belangrijkste zorg is dat zelfs al is het werk succesvol, ook de meest perfecte actie verdienstelijk dient te zijn; dan wordt het positiever. Er is een relatie, een Dharma contact tussen de directeuren en de lama, die vriendelijker is dan alle boeddha's van de drie tijden, van wie we al ons geluk ontvangen, alle oneindige mogelijkheden om levende wezens van dienst te zijn zowel op korte termijn als uiteindelijk. Juist door het Dharma contact met de bekwame persoon, door die relatie wordt de kracht gecreëerd. Daarom heeft het betekenis, het is gericht op het verspreiden van de leringen die voordeel brengen aan iedereen. Ik vroeg Geshe Ngawang Dhargye eens: "Als je jezelf genereert als de boeddhavorm zonder gemotiveerd te zijn door de drang naar bevrijding, de verlichtingsgeest en de leegte, wordt een actie dan verdienste of niet?" Geshela antwoordde: "Ja, er vindt zuivering plaats door de kracht van het object."

In het kort gezegd is de essentie: werk zoveel mogelijk voor anderen, wees zo bescheiden mogelijk, respecteer alle levende wezens zoals Lama Yeshe dat deed, zelfs degenen die slecht zijn. Dit brengt vreugde in de harten van anderen, net zoals mensen gelukkig worden als Zijne Heiligheid de Dalai Lama ergens aankomt.

Als je de basis wordt waarop het etiket 'directeur' of 'manager' wordt geplakt is het niet gemakkelijk. Je wordt een object van kritiek en ontvangt weinig lof. Ik denk dat directeur zijn van een Dharma centrum een geweldige ervaring is; het is de gelegenheid om gedachten training toe te passen. In andere functies krijg je nu eenmaal niet zoveel kritiek.

Werken voor een centrum betekent de omstandigheden scheppen die nodig zijn voor het verspreiden van de Dharma voor het welzijn van iedereen. Je helpt iemand die een probleem heeft en tracht dat met al je mogelijkheden op te lossen. Een van de geloftes van de vijf Dhyani boeddha's is de moraliteit van het werken voor levende wezens, zelfs iemand de weg wijzen of medicijnen geven aan zieken valt hieronder. Het is ook Ratnasambhava's gelofte van het geven van angstloosheid. Probeer daarom als directeur mensen te helpen met hun problemen. Je dient deze geloften in het dagelijkse leven te toetsen. Zelfs als je moe wordt, onthou dat dit het hart van de beoefening is. De meeste brieven die ik ontvang gaan over problemen; zonder problemen is er geen reden om het werk te doen, de vrijgevigheid van angstloosheid.

Door ons werk ondersteunen we zoveel mensen; je kunt vele mensen uitgebreid voordeel bezorgen. Het is ongelooflijk hoeveel een centrum-directeur andere wezens kan bevoordelen; elk jaar worden er zoveel mensen en dieren gered die regelrecht afstevenen op lagere bestaanswerelden. Door Lam.Rim onderricht te geven worden er zoveel gered van de lagere bestaanswerelden. Als je kijkt naar de levende wezens die de Dharma niet zijn tegengekomen in hun leven, die geen idee hebben dat er leven is na dit leven, hun geest helemaal vervuld van onwetendheid, levend als in de nacht, bedekt met mist, hun leven hallucinerend doorbrengend met slechts gedachten voor hun eigen geluk in dit leven. Hoe opgewonden zijn ze, een complete hallucinatie, geen wijsheid die kan onderscheiden wat verdienstelijk of niet verdienstelijke is. Wat ze denken dat hen geluk zal brengen brengt hen in werkelijkheid dag en nacht met elke onverdienstelijke handeling stap voor stap dichter bij de afgrond van de lagere bestaanswerelden. Zij zijn zo zielig, hoe rijk ze ook zijn of hoeveel vrienden ze ook hebben, in werkelijkheid is hun leven gevuld met lijden. Ze hebben geen notie van het zware lijden van de preta's en de naraks, van het algemene lijden van samsara.

Als je zelf verdienste beoefend en je ziet anderen op deze manier leven is het verschrikkelijk, je kunt je niet ontspannen zonder ze te helpen. De beste manier om ze te helpen is ze te beschermen van het lijden, hun houding te veranderen en hun activiteiten te veranderen. Op deze manier komt er geluk in hun leven en van dit leven tot aan de verlichting.

Dit is hoe wij als directeuren hen voordeel bezorgen, door ze te bevrijden van hun hallucinaties. Het is zo cruciaal als het geven van medicijnen aan een stervende. Daarom dienen we na te denken over hoeveel voordeel we anderen in het verleden hebben bezorgd, hoeveel we nu doen en zullen doen in de toekomst.

Ik denk dat de Dharma een ongelooflijke bescherming biedt, het is het beste middel, zelfs voor Boeddha. De hoogste gids is de lering over afhankelijk ontstaan. Van alle activiteiten van een boeddha is zijn heilige spraak de beste. Zelfs als we nog niet verlicht zijn geven we al de beste leiding, het hoogste middel om wezens te bevrijden van hun lijden en ze te leiden naar geluk.

Zelfs als we boeddha worden is het werk niet klaar en kunnen we niet gaan rusten in bed. Het doel om verlicht te worden is alleen om levende wezens voordeel te brengen en de beste manier om les te geven in Dharma. Daarom dienen we ons te verheugen dat we deze foutloze Dharma zijn tegengekomen. Het is niet alleen het beste onderricht van de Mahayana en specifiek de Tantra maar door het ontwikkelen van faciliteiten voor de studie en beoefening ervan voor anderen, zodat ze de Dharma kunnen ontmoeten, door of zelf les te geven, of door de omstandigheden te creëren die het mogelijk maken dat anderen de lessen kunnen volgen.

In Sydney gaf Zijne Heiligheid Sakya Trizin een lezing. Toen hem gevraagd werd: "Wat is de beste methode om levende wezens te helpen?", zei Zijne Heiligheid: "De juiste weg laten zien". Ik vond dat erg nuttig. Dat is wat we doen.

Ik wil graag iedereen bedanken uit de grond van mijn hart en alles wat jullie hebben gedaan toewijden. Er is veel gedaan en vooruitgang geboekt van jaar tot jaar, de omstandigheden voor het onderricht zijn toegenomen. Ik verzoek jullie allemaal alsjeblieft door te gaan met jullie werk. Van mijn kant bid ik altijd voor jullie en wijd ik jullie verdiensten toe.

Als we zo doorgaan en onze geloften houden, zal Lama Tenzin Ösel waarschijnlijk een lang leven hebben en alle kwaliteiten van alle activiteiten van een boeddha ontwikkelen; de houder van het hele pad, niet alleen Tantra, maar alle drie paden van Sravaka, Pratyekaboeddha en Paramitayana. En zal hij lesgeven en de leringen verspreiden, de organisatie van de studenten verbeteren en nog verdienstelijker maken, krachtiger de Dharma behouden en verspreiden.

Ik maak al een paar maanden observaties en ik ga daar mee door om zijn leven zo verdienstelijk mogelijk te maken voor alle wezens. Voorzichtig om vanaf het begin geen fouten te maken en Lama Ösel op deze wijze nuttig te laten zijn en heilzaam voor alle wezens. Spoedig zal ik besluiten wie zijn eerste leraar zal zijn; en daarna geleidelijk andere leraren die hem Soetra en Tantra zullen onderwijzen. Dat is alles. Heel veel dank. Ik heb erg genoten van de vergaderingen. Dank je.

Wel en wee van Sama en Sara

Kletterende regendruppels op het dak van mijn woonplekje in het Maitreya Instituut geven mij het bedriegelijke idee dat ik mij nog op vakantie bevind in mijn tent. Want zoals iedereen weet, als je met een tent op vakantie gaat vraag je om regen. Maar niets is minder waar, ik tracht zoals meestal gebeurt op het laatste moment de gebeurtenissen van de afgelopen tijd die in het kort het vermelden waard zijn tot een leesbaar geheel te formuleren. Daarbij had ik mij verheugd op een volle postbak waarin ik veel pennevruchten voor deze rubriek en die van 'ingezonden' brieven dacht te vinden. Maar helaas moet ik het deze tweede aflevering van het wel en wee van Sam en Sara slechts doen met de gebeurtenissen in en om het instituut. Daar gaan een aantal zaken er voor zorgen dat Jan-Paul enigszins ontlast wordt in zijn werkzaamheden. Zoals de boekhouder die is aangetrokken en de toezegging van een aantal studenten om mee te helpen bij de administratieve verwerking.

Het kon eigenlijk niet uitblijven, na de uitbreiding van het centrum, is ook het bestuur met maar liefst drie personen uitgebreid. Gelong Marcel Bertels, Rein Kaales en Lan Tjoa hebben zich bereid verklaard het bestuur te versterken, gezien de stormachtige ontwikkeling van de afgelopen tijd geen gemakkelijke taak, maar wel een mooie! Nu ik toch bezig ben met het vermelden van namen is ook die van Marianne Boswerger als nieuw redaktielid het vermelden waard. Als drs. Neerlandica zeker geen slechte keuze. Ook heeft zij een aandeel in de op stapel staande Nederlandse vertaling van het boek 'How to Meditate', dat na een forse vertraging dan toch eindelijk in november gaat verschijnen als 'Leren Mediteren'. De vertaling is overigens met groot enthousiasme verricht door Saskia Campert die hopelijk nog vaker op deze wijze van zich doet spreken. Onze op één na jongste bewoner Wim Mual is verkast, hij heeft zijn eerste baan gevonden in Amsterdam. Ik wens hem een voortvarende loopbaan toe en hoop dat zijn spirituele ontwikkeling evenzo gaat. Zijn kamer is direkt in gebruik genomen door Loek Rusman, die al geruime tijd helpt met het opknappen van het centrum. Tenslotte heeft Edward Teunissen zojuist getrakteerd op een heerlijke appeltaart om zijn komst naar het Maitreya Instituut feestelijk in te wijden.

Onze eerwaarde leraar Geshe Konchog Lhundup heeft ons laten weten zeker nog zijn tweede driejarige termijn in Nederland te blijven, waarmee meteen alle geruchten over een eventueel vertrek uit de wereld zijn. Gezien de nieuwe ontwikkelingen, waarbij het in de bedoeling ligt een stadscentrum in Den Haag te starten is dit een positief bericht. Want zowel de Geshe als zijn beide vertalers zullen dan hard nodig zijn.

Voor de derde achtereenvolgende keer heb ik de Lam.Rim kursus gevolgd en ben opnieuw onder de indruk alsook vol bewondering voor de inspirerende wijze waarop Geshela steeds opnieuw deze belangrijkste basiskennis overbrengt. Waarbij de uitstekende vertaling van Gelong Thubten Tsépèl er toe bijdroeg dat niets aan onze aandacht kon ontsnappen. Het vermelden waard is dat de jongste deelnemer die zich had ingeschreven, Jeroen Hagendoorn, pas tien jaar oud is. Hij wilde de hele kursus volgen, maar kreeg van zijn moeder de gelegenheid om drie dagen lang te blijven, wat hij dan ook met grote aandacht deed waarna hij huilende afscheid nam. Wat hem betreft had hij wel veertien dagen willen blijven. De forumdiscussie met christelijke en boeddhistische monniken is naar ik heb vernomen, voor herhaling vatbaar, ook Geshela vond het een bijzondere aangelegenheid.

Een bliksemaktie van Jan-Paul heeft een groot aantal zitelementen opgeleverd die zowel de hal als de kamers van Tenzin en Geshela hebben verfraaid. Er wordt doorlopend getimmerd en geschilderd in het instituut, in de tuin staan mooie bloemen en de kruidentuin die door Karmen is opgezet slaat géén slecht figuur voor het eerste jaar. Voor we er erg in hebben doet het najaar met rasse schreden haar intrede en dat vereist weer mankracht voor het verzorgen van het bos. Het snoeien van bomen, het verwijderen van dode takken enz. In verband met het aanplantingsbeleid van het bos zijn we op zoek naar een deskundige op dit gebied, trek eens aan de bel als jij dat bent en er energie in wilt stoppen.

Al schrijvend heeft de regen plaats gemaakt voor een mager zonnetje en verheug ik mij op een wandeling in het bos. Ik hoop binnen niet al te lange tijd een volle postbak aan te treffen met positieve berichten uit onze boeddhistische samenleving. Dat maakt het voor mij een stuk gemakkelijker, maar tevens geeft het ons een indruk of de nieuwe rubrieken in goede aarde vallen. Rest mij ook namens Germaine iedereen te bedanken die er op welke wijze dan ook voor heeft gezorgd dat onze trouwdag een onvergetelijke is geworden.

BLOEMEN OP IEDERS PAD
Jan de Ruiter

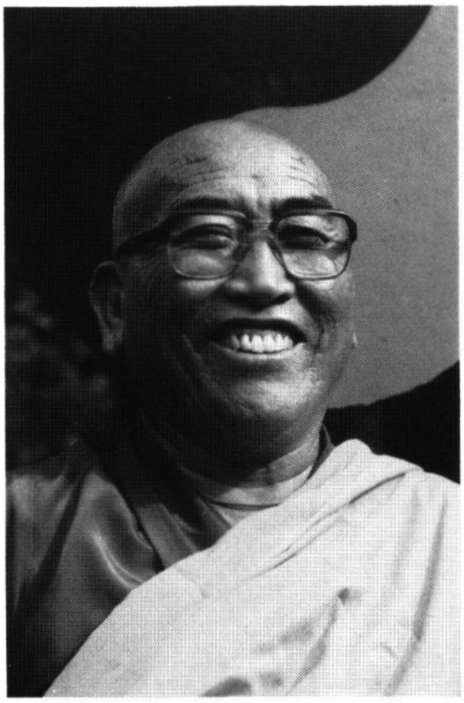
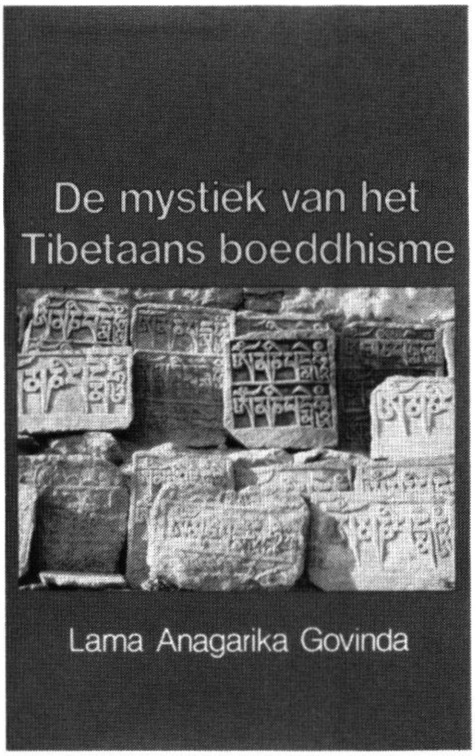


Foto: Jan-Paul Kool

Boekbespreking



DE MYSTIEK VAN HET TIBETAANS BOEDDHISME

Door Lama Anagarika Govinda

Na 'De Weg der Witte Wolken' en 'Creatieve Meditatie en Multidimensionaal Bewustzijn' is dit het derde in het Nederlands verschenen boek van Lama Anagarika Govinda. Op 17 mei 1898 werd hij te Waldheim in West Duitsland geboren. Hij studeerde archeologie en heeft veel onderzoekingen gedaan naar de Egyptische graftomben. Later toen zijn belangstelling zich meer en meer ging richten op het Tibetaans boeddhisme heeft hij veel onderzoek gedaan naar de herkomst en symboliek van stoepa's. Lama Govinda heeft het grootste deel van zijn leven in India doorgebracht, hij trouwde in 1947 met de Indische schilderes Li Gotami (Sakya Dôlma). Zijn belangrijkste leraar was tevens één van de grootste spirituele leraren van het moderne Tibet namelijk Tomo Geshe Rinpochee. Dit boek is aan deze leraar opgedragen. Lama Govinda overleed in 1985 in Californië.

Uit de inhoud van dit boek blijkt duidelijk de belangstelling van Lama Govinda voor de symboliek en geschiedkundige achtergrond van het Tibetaans boeddhisme. Het is beslist geen boek om in één adem uit te lezen, maar eerder een boek waarvan men het meest geniet door er telkens een hoofdstuk uit te lezen. Op werkelijk schitterende wijze is de mystieke betekenis van de mantra 'Om Mani Padme Hum' verweven met zowel symbolieke geschiedenis, als met de meest wezenlijke aspekten van het Tibetaans boeddhisme. De veelheid aan informatie zal de lezer die nog niet zo lang bekend is met de verschillende aspekten van het Tibetaans boeddhisme kunnen afschrikken, maar is tevens een stimulans om zich meer te verdiepen in deze zo zuiver bewaarde religieuze stroming. Kortom het is wel een boek voor doorbijters. Naarmate men zich langer met het Tibetaans boeddhisme bezighoudt zal de informatie stukje bij beetje als een legpuzzel in elkaar passen. Zoals bij de meeste boeken die onderwerpen bevatten over het Tibetaans boeddhisme, is het zo dat de inhoud ervan voor verschillende niveaus van bewustzijn toegankelijk is. Dat maakt het lezen ervan juist zo boeiend, want na pakweg een jaar zal de inhoud weer in een heel ander licht worden geplaatst. Dit boek hoort naar mijn idee in alle boekenkasten thuis van mensen die geïnteresseerd zijn in het boeddhisme, spiritualiteit en mystiek. Maar ook kan dit boek wel eens een belangrijke doorbraak teweegbrengen in de vraag naar Nederlandstalige boeken over het Tibetaans boeddhisme.

Ik besluit deze boekbespreking graag met een aantal citaten uit dit mooie boek van Lama Govinda. Naar mijn bescheiden mening zegt dit meer over dit boek dan welke persoonlijke interpretatie dan ook.

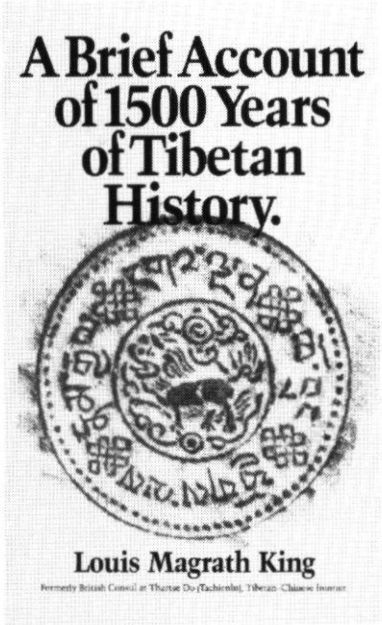
"Evenals alle levende dingen kennen symbolen perioden van groei en verval. Als hun invloed een hoogtepunt heeft bereikt, dalen ze af naar het domein van het dagelijks leven, totdat ze verworden zijn tot konventionele uitdrukkingsmiddelen die geen verband meer houden met de oorspronkelijk ervaring, of waarvan de betekenis ofwel te beperkt óf te algemeen is geworden.

De mantra is tot op zekere hoogte gespaard gebleven voor dit lot, omdat zij geen konkrete betekenis bezat en daarom niet dienstbaar was te maken aan alledaagse doeleinden. Maar hoewel de mantra's alles hebben overleefd, is hun traditie bijna uitgestorven en zijn er tegenwoordig maar weinig mensen die weten hóe ze moeten worden gebruikt. De moderne mensheid kan zich niet eens voorstellen hoe diep de magie van woord en spraak in oude beschavingen werd ervaren en welke enorme invloed zij had op alle aspekten van het leven. Het bewustzijn is, als een latente lichtvonk, inherent aan alle levensvormen, maar deze vonk heeft talloze graden van intensiteit en evenvele kleurnuancen als er levende wezens zijn. Hoe meer zij door hun individualiteit worden beperkt, hoe uitgesprokener de 'kleur' van hun licht is. En evenals iedere kleur aan een eigen trillingswet gehoorzaamt, schept - en gehoorzaamt - ieder individu zijn eigen wet. Alleen wanneer de voleinding van de Verlichting is bereikt, waarin alle kleuren zijn verenigd en geïntegreerd tot hun hoogste glans, is de Geest vrij om in alle richtingen te vibreren en omsluit hij alle hierarchiën van orde en is er de meester van."

Jan de Ruiter

Boekenbestellijst

De halfjaarlijkse boekenbestellijst van het tijdschrift neemt zodanige vormen aan dat het niet langer verantwoord lijkt deze lijst elk half jaar integraal op te nemen. Daarom hebben we besloten voortaan slechts een lijst te publiceren van nieuwe boeken en artikelen en een aanduiding van de te bestellen artikelen. Degenen die toch graag een uitgebreide lijst willen ontvangen van alle boeken en artikelen die via onze winkel of per post besteld kunnen worden kunnen deze gratis ontvangen via een schriftelijk verzoek.



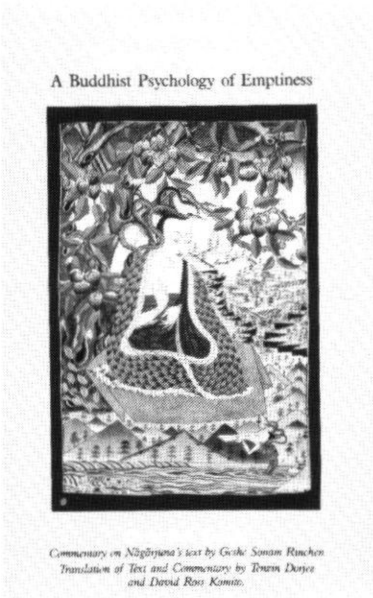
Nieuw verschenen boeken: (prijswijzigingen)

Nederlands:

Leren Mediteren	K. McDonald	*f* 28,—
De Mystiek van het Tibetaans boeddhisme	Govinda	49,50
Tibet, Rovers, Priesters & Demonen	David-Neel	27,50
Zeven jaar in Tibet	H. Harrer	29,50

Engels:

Being Nobody Going Nowhere	Ayya Khema	*f* 32,55
Brief Account of 1500 years Tibetan History		8,40
Bodhgaya Interviews H.H. Dalai Lama	J.I. Cabezon	24,50
Cutting through Spiritual Materialism	Trungpa	33,60
Cycle of Day and Night	N. Norbu	30,—
Dawn of Tantra	Guenther	23,85
Garland of Immortal Wishfulfilling Trees	T.L.J. Zangpo	41,30
Illuminations		36,25
Magic Dance	T. Norbu	32,90
Mahamudra	T.T. Nangyal	76,60
Myth of Freedom	Trungpa	33,60
Path of the Bodhisattva warrior	13e Dalai Lama	38,70
Tibetan Thangka Painting	J. Jackson	64,60
To Lhasa and Beyond	Tucci	35,45
Tibetan Medicine and Psychiatry	Terry Clifford	47,50
Torch of Certainty	Kongtrul	45,10
Treasury of Dharma	Geshe Rabten	33,—
Winds between two worlds	Ford	33,60

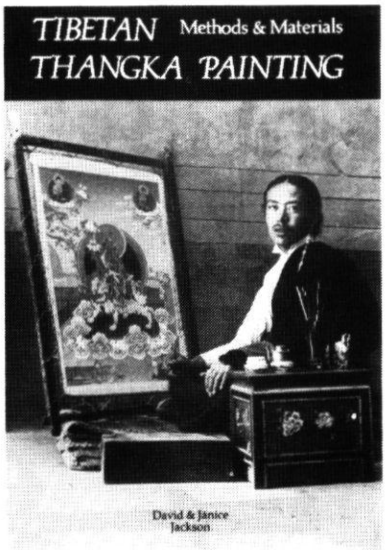


Kalenders 1989:

The Tibetan Art Calender 1989 (thuis gestuurd in koker incl. porto)	Wisdom Publications	65,—
Tibetan Monastic Paintings 1989 (thuis gestuurd in koker incl. porto)	Snow Lion Graphics	38,—
Asian Portraits (thuis gestuurd in koker incl. porto)	Snow Lion Graphics	38,—

Prijsverlaging Kunstdrukken van Andy Weber: 'The poor mans Thangka'!!!

Deze kunstdrukken op geschept papier, waarvan de kleuren gegarandeerd meer dan tweehonderd jaar goed blijven zijn nu voor een breder publiek toegankelijk geworden doordat de uitgever de prijs heeft verlaagd van *f* 45,— naar *f* 35,— verkoop. Maat: ± 40 × 54 cm. Voorradig: Sakyamoenie Boeddha, Lama Tsong Khapa, Groene Tara, Vadjradhara met consort, Amithaba Boeddha en Manjushri, Binnenkort ook: Medicijn Boeddha en Vadjrayogini.



Kaarten met Boeddhavormen	vanaf	*f* 1,50
Ansichtkaarten van Tibet etc.	vanaf	1,25
Tibetaanse wierook	De beste	12,50
Nirvana Tib. Medicinale wierook		10,—

Het Maitreya Magazine en de meeste boeken zijn ook verkrijgbaar of te bestellen via de volgende boekhandels: Kosmos Special Store te Amsterdam, Au Bout du Monde te Amsterdam, Theosofisch Info en Boekencentrum te Den Haag, Broese en Kemink te Utrecht, Hilarion te Nijmegen, Mandala te Leeuwarden, De Heremiet te Eindhoven, De Nieuwe Tijd te Delft en Donner Boeken te Rotterdam.

Met deze prijslijst vervallen eerder verschenen lijsten. Wijzigingen voorbehouden. Al deze artikelen zijn bestelbaar bij het Maitreya Instituut. De prijzen zijn exclusief portokosten. Bestelling per brief of telefoon: 05787-1450 (kantooruren, 's maandags gesloten).

Geshe Aktie 1987

VERSLAG VAN DE KAS KONTROLE KOMMISSIE

Normaal gesproken stuurt de penningmeester elk jaar een brief rond aan alle Geshe Aktie donateurs waarin het verslag van de Kas Kontrole Kommissie is opgenomen. Door de uitbreiding van het centrum en te weinig vrijwilligers die op het kantoor willen en kunnen werken is er echter een grote achterstand ontstaan in de administratie. Daarom zullen we dit jaar moeten volstaan met dit verslag alleen te publiceren in het Maitreya Magazine. Hier volgt het verslag van de K.K.K.

Op 10 juli 1988 is de Kas Kontrole Kommissie bijeen geweest om zowel de financiële gang van zaken als de boekhouding te kontroleren.

In 1987 waren de uitgaven in totaal vrijwel overeenkomstig het budget. Aan de inkomstenkant is het beeld enigszins verontrustend met een tekort van ƒ 4.053,02. Dit is voornamelijk te wijten aan het afvallen van enkele grote donateurs. Zeker gezien de te verwachten reiskosten in 1988 en 1989 is het o.i. noodzakelijk dat door het aantrekken van nieuwe donateurs het inkomstenpeil wordt verhoogd.

Onderstaand geven wij u een overzicht van de gebudgetteerde en de werkelijke uitgaven over 1987, alsmede budget 1988:

GESHE AKTIE	**budget 1987**	**aktueel 1987**	**budget 1988**
Huur	ƒ 9.600	ƒ 9.600,00	ƒ 9.600
Maaltijden	- 5.200	- 5.087,63	- 6.000
Reiskosten	- 1.800	- 200,00	- 4.000
Zakgeld	- 6.000	- 6.000,00	- 6.000
Ziektekosten/verz.	- 3.000	- 4.119,57	- 3.500
Kleding	- 1.200	- 1.200,00	- 1.200
Varia		- 274,83	- 400
Inlopen neg. saldo	- 60	- 57,49	- 4.000
	ƒ 26.860	ƒ 26.539,52	ƒ 34.700
Donaties 1987		ƒ 22.486,50	
Uitgaven 1987		- 26.539,52	
Negatief saldo 1987		ƒ 4.053,02	

Toelichting op de ziektekosten: Het budget voor de ziektekosten is overschreden vanwege incidentele niet deklareerbare uitgaven.

Wat betreft de boekhouding hebben wij gekonstateerd, dat deze geautomatiseerd is, hetgeen de overzichtelijkheid ten goede komt. De boekhouding van de Geshe Aktie is geïntegreerd met de boekhouding van de Stichting Maitreya Instituut. Van deze laatste zijn accountantsrapporten over 1986 en 1987 voorhanden.

In de hoop u voldoende te hebben geïnformeerd, besluiten wij, met vriendelijke groeten,

De Kas Kontrole Kommissie

Ing. W.J. Jansma, Mevr. A.D. Bevaart, Mr. W.F. van Canstein

CONCLUSIE:

Het is weer heel hard nodig dat er nieuwe donateurs komen voor de Geshe Aktie. Door de inkomsten van deze aktie wordt het verblijf van een bevoegde en kundige leraar aan het Maitreya Instituut en zijn vertaler gegarandeerd.

Gezien de tekorten van het vorige jaar, de reizen naar India van Geshela en Tenzin dit jaar en de reis naar India van Geshela volgend jaar ziet het er naar uit dat we een groot aantal nieuwe donateurs nodig zullen hebben om de inkomsten op peil te houden.

Het is ook belangrijk dat degenen die profijt hebben van de aanwezigheid van de leraar en vertaler zich realiseren dat hun verblijf in ons land alleen mogelijk kan zijn indien daartoe de benodigde financiële middelen aanwezig zijn.

Daarom roepen we iedereen op Geshe Aktie donateur te worden voor minimaal ƒ 10,— per maand en tenminste voor één jaar. U krijgt dan als tegenprestatie 20% korting op alle kursussen die door Geshela of Tenzin in het Maitreya Instituut worden gegeven.

Het gemakkelijkste werkt een automatische overboeking op onze girorekening 4305057 met vermelding: Geshe Aktie. Haal een automatische overboekingskaart bij uw postkantoor of bank of bel ons.

Uitbreiding Maitreya Instituut

STADSCENTRUM MAITREYA INSTITUUT

Sinds een aantal jaren heeft de eerwaarde Lama Thubten Zopa Rinpochee er op gewezen dat het noodzakelijk is het Maitreya Instituut uit te breiden met een centrum in een grote stad. Tijdens een ontmoeting tussen Lama Zopa Rinpochee en de penningmeester en secretaris van de stichting in Frankrijk deze zomer, heeft hij observaties gedaan die aangeven dat het goed zou zijn een dergelijk stadscentrum te beginnen in Den Haag.

Het centrum in Emst, dat prachtig rustig en landelijk is gelegen, zou in zijn visie meer en meer de functie van intensief studie- en meditatiecentrum dienen te krijgen waarbij ruimte geschapen zal worden voor een klooster. Dat zal betekenen dat in Emst vooral weekend- en langere kursussen en retraites zullen gaan plaatsvinden, terwijl in het nog te beginnen stadscentrum in Den Haag de nadruk zal liggen op dagelijkse programma's die voor veel meer studenten toegankelijk zouden kunnen zijn en voornamelijk zullen plaatsvinden in de avonduren.

We zijn nu in een fase aangekomen dat er serieus gezocht wordt naar een geschikte lokatie in Den Haag die of gehuurd of gekocht zal worden afhankelijk van de financiële mogelijkheden die er zijn of zullen komen.

Rinpochee heeft Jan de Ruiter aangewezen om als manager van dit stadscentrum op te treden, samen met zijn vrouw Germaine, onder verantwoordelijkheid van het bestuur van het Maitreya Instituut. Hij zal op zijn eigen wijze trachten een team van mensen rond hem te verzamelen die leiding zullen geven aan de ontwikkeling van het Haagse centrum.

De gedachten gaan uit naar een plaats waar een aantal medewerkers zal kunnen wonen en werken ten-einde een dagelijks programma aan te kunnen bieden van studie en meditatie volgens de Tibetaans boeddhistische traditie van de Gelukpa school. Geshe Konchog Lhundup zou één of twee dagen per week les kunnen geven en op andere dagen wordt gedacht aan een Engels sprekend sanghalid voor onderricht, studiebegeleiding en meditatie.

Alle studenten of geïnteresseerden in dit nieuwe project roepen we hierbij op om met ons mee te denken en te werken aan de opbouw hiervan. Degenen die in het nieuwe centrum zouden willen wonen of werken of die hun financiële steun willen toezeggen vragen wij contact op te willen nemen met het bestuur of met de manager Jan de Ruiter die de dagelijkse leiding van het nieuwe centrum op zich zal nemen.

Wij hebben alle vertrouwen in de visie van Lama Thubten Zopa Rinpochee maar beseffen dat we zelf met onze vrienden en geïnteresseerden deze nieuwe uitdaging dienen te realiseren. Daarom vragen we u alle steun die u kunt geven.

Bestuur Maitreya Instituut.

De Tara tuin

Bij ons vertrek uit Maasbommel moesten we helaas de eerste mooie Nederlandse stoepa achterlaten. Een dergelijke plek als focus en concentratiepunt, tussen de werkzaamheden of cursussen door, is een heilzame manier van ontspanning en van meditatie in aktie.

Een plek voor een stille omgang. Ik miste zo'n plek in Emst. Uit ervaring wijzer geworden, dat we van te voren niet weten hoe lang we hier zullen blijven, ik hoop wat langer deze keer, ontstond het idee van een Tara tuin in plaats van een immobiele Stoepa.

Maar een Tara tuin zonder Tara-beeld is geen Tara tuin. In het midden staat al wel een mooie sokkel met bovenop een kring van lotusbladeren, waar Tara in een glazen kast bovenop zal komen te staan. Geshe-la of Tenzin willen voor ons van-uit India een Groene Tara-beeld meebrengen, de mooiste die er is natuurlijk.

Ik vind dit echter niet een projekt van Nieneke en mij alleen en wil graag een ieder in de verdiensten van het creëren van zo'n Tara tuin laten delen. Bijdragen voor zowel het Tarabeeld als voor vaste planten of bloemen zijn van harte welkom. Hopelijk kunnen we in de nabije toekomst weer van onze rondgang genieten.

Wat de plannen voor en met kinderen betreft heb ik nauwelijks enige reaktie gehad en neem daarom aan dat er geen belangstelling voor bestaat. Mocht ik er naast zitten bel me dan zo spoedig mogelijk.

Margot Kool

Vrijwilligers gezocht

Door uitbreiding van de werkzaamheden van de Stichting Maitreya Instituut is er op korte termijn behoefte aan mensen die de juiste capaciteiten hebben en in de juiste omstandigheden verkeren. Al het werk binnen het Instituut wordt al sinds de oprichting verricht door mensen die dit doen omdat ze overtuigd zijn van het belang van een goede organisatie die aan geïnteresseerden in Nederland de Dharma kan aanbieden. Zij doen dit allemaal vrijwillig en zonder betaling of vergoeding te ontvangen. Alleen op deze manier is het mogelijk om verder te groeien en steeds meer te kunnen betekenen voor steeds meer mensen die het belang gaan inzien van geestelijke ontwikkeling. Voor bekwame welwillende mensen die de beschikking heben over vrije tijd is er een plaats beschikbaar met eventueel woonruimte voor de volgende werkzaamheden:

administratief medewerker(ster)

en een

part time vertegenwoordiger(ster)

In bezit van eigen auto.
Voor bezoek aan boekwinkels en centra.

Schriftelijke sollicitaties naar beide functies kunnen worden gericht aan: Het Bestuur Stichting Maitreya Instituut, Heemhoeveweg 2, 8166 HA Emst. Vermeld in uw brief uw opleiding, leeftijd, werkervaring etc. en vooral waarom en hoelang u zich al interesseerd voor het Tibetaans boeddhisme.

Programma t/m december

23 september t/m 2 oktober
TEKEN- EN SCHILDERKURSUS
TIBETAANSE ROLSCHILDERINGEN (THANKA'S)
"THE TECHNIC OF THANKAPAINTING"
Door: ANDY WEBER
Engelstalig

Het is alweer de vijfde keer dat de beroemde westerse Thankaschilder ANDY WEBER zijn jaarlijkse kursus komt geven in het Maitreya Instituut. In deze kursus zal de nadruk liggen op de technische kant van het traditionele schilderen van thanka's. De deelnemers zullen een korte scholing ontvangen die de belangrijkste kennis zal omvatten van deze kunst betreffende het prepareren van het canvas en het opspannen, hoe kleuren gemaakt worden door stenen te vermalen en de kleurstof er uit te halen. Geleerd wordt om je eigen kwasten te maken, hoe goud gebruikt wordt en toegepast enzovoort.

Wat het tekenen en schilderen betreft zal er voor beginners gewerkt worden met de toornige boeddhafiguur VADJRAPANI en zal onderwezen worden hoe in het algemeen toornige boeddhavormen, demonische gezichten, vlammenkransen en toornige rituele objecten worden geschilderd.

Gevorderde studenten zullen zich tevens concentreren op HERUKA (2-armig).

's Morgens en aan het eind van de dag zullen eenvoudige meditaties worden begeleid door Andy. Deelnemers aan deze kursus hoeven geen boeddhist te zijn en er zijn geen artistieke kwaliteiten vereist. Belangrijk is wel de volgende zaken mee te nemen: Notitieblok, tekenblok A3 formaat, potloden, lineaal, passer, vlakgum e.d., waterverf of gouacheverf en een plank als ondergrond van ± 35 x 45 cm. Het zal de laatste keer zijn dat Andy de kursus zal geven op deze manier. Oude studenten kunnen zeker nog veel leren van deze kursus en voor nieuwe studenten geldt dat natuurlijk nog sterker. Het tekenen en schilderen van thanka's scherpt ook ons concentratievermogen aan en werd door alle deelnemers van de vorige kursussen ervaren als een diepgaande positieve ervaring.

Mensen die door Andy hun eigen boeddhabeeldje met goud willen laten beschilderen, zoals dat in Tibet gebruikelijk is, kunnen hiervoor een afspraak maken met Jan-Paul Kool door het Maitreya Instituut te bellen.

KOSTEN: f 500,— vol pension of f 400,— voor studenten die eerder een kursus met Andy deden bij ons. Vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst.
AANVANG: Vrijdagavond 23 september om 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450

26 oktober
LEZING VAN GESHELA
Nederlandse vertaling
Bij de Theosofische Vereniging
Afdeling Almelo

Plaats van de lezing: Aula Scholengemeenschap, Ganzendiepstraat 4, Almelo. Aanvang: 20.00 uur

4 november
LEZING VAN GESHELA
Introductie in Tibetaans boeddhisme
Nederlandse vertaling

In De Open Hof te Assen. Aanvang 20.00 uur.

7 t/m 9 oktober
DE TWAALF SCHAKELS VAN AFHANKELIJK ONTSTAAN
"HET WIEL VAN WORDEN"
Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP
Nederlandse Vertaling

In zijn lessen over de Twaalf Schakels van Afhankelijk Ontstaan heeft de Boeddha zijn eerdere lessen over de Vier Edele Waarheden verduidelijkt. Meer in detail wordt uitgelegd hoe geboorte en dood worden veroorzaakt door onwetendheid, gehechtheid en kwaadheid, die in het midden van het wiel symbolisch zijn weergegeven door de afbeelding van een varken, een haan en een slang. Het zal ook duidelijk worden hoe de vicieuze cirkel van akties en wedergeboorten kan worden doorbroken en hoe onsterfelijkheid kan worden bereikt. Aan de hand van een thanka zal Geshela de symboliek van het wiel uitleggen en zal het ons duidelijk worden dat de twaalf schakels stuk voor stuk tot stand komen door de creatie van specifieke oorzaken en de ervaring van de gevolgen ervan. Hoewel deze lessen geschikt zijn voor studenten van alle niveaus, zijn ze niet gemakkelijk in één keer te begrijpen. Daarom is het zeer aan te raden deze kursus ook te volgen als men reeds over dit onderwerp les heeft gehad. De lessen zullen worden aangevuld door geleide meditaties.

KOSTEN: f 120,— vol pension of f 96,— voor Geshe Aktie donateurs. Vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst met vermelding van: Twaalf Schakels.
AANVANG: Vrijdagavond 7 oktober om 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450

28 t/m 30 oktober
ZEN IN MAITREYA INSTITUUT
ZAZEN WEEKEND
Door: Konpo Kaales (Rein)

Zazen is voortgekomen uit de Mahayana traditie van het boeddhisme. Zazen betekent letterlijk 'Zitten in Meditatie'. Zitten op een kussen, het hoofd rechtop en de rug gestrekt. Bewust-zijn van jezelf en het vergeten van de rest. Zitten te zijn wie je bent, waarin plaats is voor al je gedachten en emoties. Onvoorwaardelijke acceptie van jezelf. Verder zal er Kinhin meditatie ofwel lopen in meditatie, meditatie in beweging, plaatsvinden. Zazen is uitdrukking geven aan je boeddhanatuur, je eigen volledigheid. Het alledaagse, het gewone leven is Zazen.

Dit weekend biedt iedereen de gelegenheid kennis te nemen van de Zen methode. Het weekend zal volledig in stilte worden doorgebracht en op zaterdag en zondag wordt begonnen met het programma om 4.50 uur.

KOSTEN: f 120,— vol pension. Vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst met vermelding van: Zazen.
AANVANG: Vrijdagavond 28 oktober om 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450

ELKE DONDERDAGAVOND 20.00 UUR
VAN 8 SEPTEMBER T/M 24 NOVEMBER
UITLEG HARTSOETRA (4 avonden)
NGÖN DRO (overige donderdagen)
DE VOORBEREIDENDE BEOEFENINGEN
VAN TANTRA
Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP
Engelse Vertaling
DE KOSMOS
Prins Henkdrikkade 142, Amsterdam

In zijn serie lezingen, die zoals gebruikelijk in het Engels worden vertaald door Gelong Tenzin Lama, zal hij beginnen de eerste vier avonden een uitleg te geven van de Hartsoetra, die ook altijd in zijn kortste vorm voor elk onderricht traditioneel wordt gereciteerd om verstorende invloeden te verdrijven. De Essentie van Wijsheid Soetra, populair bekend als de Hart Soetra bevat de essentie, of het hart van de langere Perfectie van Wijsheid Soetra's. Deze familie van soetra's of leringen onthullen de uiteindelijke natuur van verschijnselen en worden door boeddhisten beschouwd als de voornaamste lessen van Boeddha.

De overige avonden van dit seizoen zal Geshela uitleg geven over de Ngön Dro, de verschillende voorbereidende beoefeningen van tantra. Hierbij komen onder andere aan de orde: het doen van neerbuigingen, het nemen van toevlucht, mandala offerandes, Vadjrasattva meditatie, Goeroe Yoga, enzovoort.

5 OKTOBER, 2 NOVEMBER
's Avonds om 19.30 uur
LEZINGEN VAN GESHELA
IN DÖPHAN LING
Kloostertuin 23, Molenhoek
Nederlandse Vertaling

Op verzoek van Toet de Best, Jet Schrijer en Boudewijn Leliveld zal Geshela opnieuw elke eerste woensdagavond in september, oktober en november een lezing over het beoefenen van het Tibetaans boeddhisme houden in Döphan Ling, het centrum voor heelwording in Molenhoek. Informatie bij Döphan Ling, tel. 080-584109.

Tibetreis 1989

EEN PELGRIMSTOCHT VAN 4 WEKEN NAAR DE HEILIGE PLAATSEN VAN CENTRAAL TIBET

In samenwerking met De Kosmos te Amsterdam zal het Maitreya Instituut in juni 1989 een pelgrimstocht organiseren naar het dak van de wereld. Op dit moment wordt onderzocht op welke manier en hoe het voordeligst kan worden gereisd. We zullen proberen de kosten van deze reis zo laag mogelijk te houden. De reis zal worden begeleid door Nederlandse reisleiders die vloeiend Tibetaans spreken. Dit is een unieke gelegenheid om het land van uw dromen op een verantwoorde wijze te bezoeken. Geïnteresseerden dienen zich aan te melden: Tel. 05787-1450 vraag naar Jan-Paul Kool.

11 t/m 13 november
DE VIER KLASSEN VAN TANTRA
EEN INTRODUCTIE
Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP
Nederlandse Vertaling

Geshela besluit zijn leringen dit jaar, voor hij een paar maanden naar India gaat, met een algemene uitleg over de vier klassen van tantra en de onderdelen van de twee stadia van Hoogste Yoga Tantra. Hoewel tantrische meditaties ook voorkomen in andere boeddhistische landen, zijn de tantrische teksten en beoefeningen van de hoogste klasse van tantra uitsluitend in Tibet bewaard gebleven. Bovendien zijn de Tibetaanse Lama's de enigen die alle vier klassen van tantra kunnen uitleggen en toelichten aan de hand van hun persoonlijke ervaring.

Het tantrische onderricht werd door de Boeddha eerst mondeling doorgegeven aan de bodhisattva's, veelal de bekende Vajrapani. Pas veel later zijn ze door beroemde Mahasiddha's op schrift gesteld, maar de beoefening ervan is tot op de dag van vandaag uitsluitend te leren via mondelinge overdracht van een bevoegde leraar. Hoewel de beoefening van de tantra's gebaseerd moet zijn op een grondige ervaring met het algemene soetra-onderricht, bieden ze methoden waarmee het, op basis van initiaties, voor de juiste discipelen mogelijk is in één kort mensenleven een enorme doorbraak te ervaren in de eigen geestelijke en lichamelijke evolutie.

Geshela zal een tipje van de sluier oplichten en zijn kennis en inzicht met ons delen, terwijl de lezingen zullen worden afgewisseld door geleide meditaties op tantrische boeddhavormen, subtiele energiekanalen (nadis) en de subtiele energieën die daarin stromen.

***KOSTEN:** f 120,— vol pension of f 96,— voor Geshe Aktie donateurs. Vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst met vermelding van: 4 Klassen Tantra.*
***AANVANG:** Vrijdagavond 11 november om 20.00 uur in Emst*
***AANMELDING:** Telefonisch 05787-1450*

9 t/m 18 december
LAM.RIM RETRAITE

Voor iedereen die tenminste een 14-daagse Lam.Rim kursus heeft gevolgd binnen of buiten het Maitreya Instituut, of door een groot aantal weekeinden gevolgd te hebben een vergelijkbare kennis heeft van alle onderwerpen van de Lam.Rim, is deze RETRAITE bedoeld.

In de retraite zal onder bekwame leiding van Getsül Tenzin Nüden en Margot Kool gemediteerd worden op alle onderdelen van de stadia van de weg naar verlichting, teneinde een diepere ervaring te krijgen en vertrouwd te raken met de manier waarop over de basis van een geestelijke ontwikkelingsweg wordt gemediteerd.

Het is voor het eerst dat het Maitreya Instituut de gelegenheid biedt voor een dergelijke langere retraite op de Lam.Rim. Wij hopen dat velen van u in de gelegenheid zullen zijn deze intensieve meditatie mee te maken.

***KOSTEN:** f 250,— vol pension (slaapzaal). f 350,— 2 pers. kamer of carvan, vol pension. f 450,— 1 pers. kamer of caravan, vol pension. Vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst met vermelding van: Lam.Rim Retraite.*
***AANVANG:** Vrijdagavond 9 december om 20.00 uur in Emst*
***AANMELDING:** Telefonisch 05787-1450*